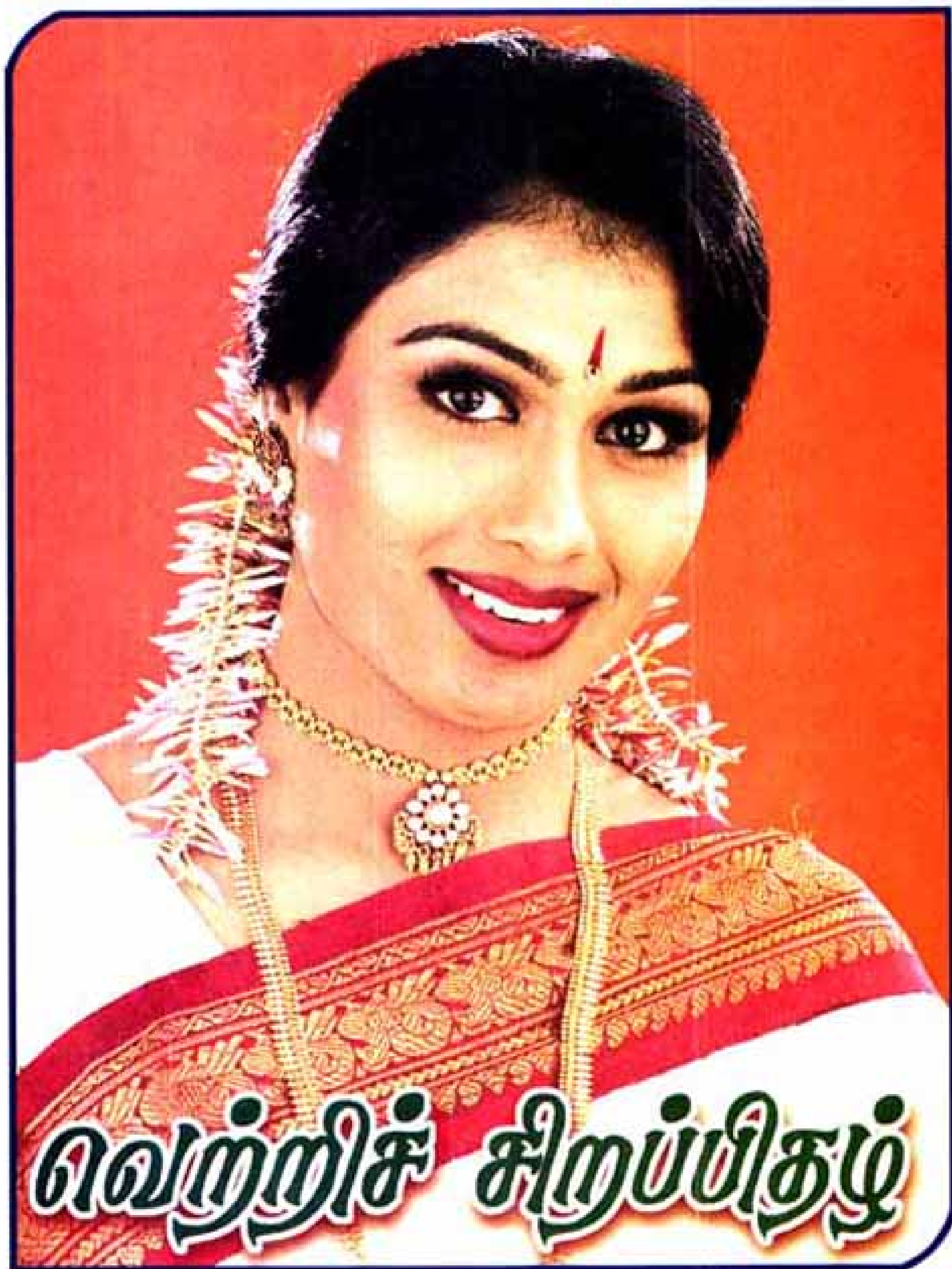
மங்கையர் மலர்



MANGAYARMALAR மார்ச் 2003 விலை ரூ. 15

PARLE

அபரிமிதமான சக்தி

அடங்கிய பிஸ்கட்டுகள்

இரண்டு தெவிட்டாத சுவைகளில்.



வெற்றிச் சிறப்பிதழ்

ரூ. 20,000/- மதிப்புள்ள
வாஷிங்மெஷின் பரிசாகப் பெறும்
எங்க ஊர் அழகி!
பக். - 180

?





மங்கையர் மலர்





மலர் : 23 இதழ் : 2

மார்ச் 2003



மங்கையர் மலர்

பரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ்
பிரைவேட் லிமிடெட்டிற்காக
பரதன் அச்சகத்தில்
ஆசிரியர் பொறுப்பேற்று
அச்சிட்டு வெளியிடுபவர் :
கி.ராஜேந்திரன்

கல்கி பில்டிங்க்ஸ்,
47-N.P., ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை,
ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 97

கன்ஸல்டண்ட்
ஆசிரியர் :
மஞ்சுளா ரமேஷ்

உதவி ஆசிரியர் :
சாந்தி ரங்கராஜன்

தொலைபேசி :
2 234 5622 / 23 / 24
தொலைநகல் :
044 - 2 234 5621

மின்னஞ்சல் :
ஆசிரியர் குழு :
mangayarmalar@kalkiweekly.com
சந்தா பிரிவு :
subscription@kalkiweekly.com
பிற தகவல்களுக்கு :
info@kalkiweekly.com
மங்கையர் மலர்
இன்டர்நெட் முகவரி :
www.mangayarmalarmonthly.com

சந்தா விவரம் :
உள்நாடு :
ஒரு வருடம் : ரூ.190/-
ஆறு மாதம் : ரூ.95/-
வெளிநாடு (விமானத்தபால்) :
ஒரு வருடம் : 37 யு.எஸ். டாலர்
இலங்கை : ரூ.900/-

Bharathan Publications Private Limited, Kalki Buildings,
47-NP, Jawaharlal Nehru Road,
Ekkaduthangal, Chennai - 600 097.

இந்தியாவின் நெ.1 மகளிர்
இதழ் : மங்கையர் மலர்

டாக்டரின் ஆலோசனை

வித்தியாசமான அனுபவம்

புதிய தொடர்கதை

யோசிப்போமா?

பரீட்சை நேரம்

தொடர்ந்து வரும்....

இப்படிச் செய்யலாம்

சிறுகதை

மஞ்சுளா ரமேஷின்...

வேளாண்மை செய்வோருக்கு வேண்டுகோள்:

எங்களது இயற்கை மருத்துவ மனைக்கும் மற்றும் எங்களிடம் இயற்கை வழி சிகிச்சை பெற் றோருக்கும் இயற்கை உரங்கள் மட்டும், அதாவது வேப்பம்புண்ணாக்கு மற்றும் பசுந்தாள் உரங்கள், பசுமாட்டுச் சாணங்கள் மட்டும் இட்டு, பூச்சி மருந்தாக வேப்பெண்ணெய் கலந்த இயற்கை பூச்சிமருந்து அடித்து விளைந்த காய்கறிகள், கைகுத்தல் அரிசி மற்றும் எங்களுக்கு தேவையான மூலிகைகள் பயிரிட்டுத்தர – இயற்கை வழி சாகுபடியில் ஆர்வம் உள்ளவர்கள், தயவு செய்து எங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளுங்கள். இதர விபரங்களை நேரில் பேசிக் கொள்ளலாம்.

ARTHRITIS - மூட்டுவலி



* கை, கால்களில் மூட்டு வீக்கமும், வலியும். * கை, கால் விரல் மூட்டுகளில் வீக்கமும் வலியும். * கழுத்து வலி (Cervical Spondylitis) * நடுமுதுகின் கீழ்பகுதியில் வலி (Lumbar vertebra and Sacral Joint area) * இடுப்பு எலும்பும் (Pelvic Bone) தொடை எலும்பு தலையும் (Femoral Head) சேருமிடம். * குதிகால் இணைப்புகளில் வலி. * குதிகால்களில் எலும்பு வளர்ந்து நடக்க முடியாமல் வலி. (Calcaneal Spur) முதலியவை பல ஆண்டுகளாக இருந்தாலும் ஆங்கில மருத்துவருடைய ஆலோசனையின்படி வித்தியாசமான இயற்கை வைத்திய முறையில், பக்கவிளைவுகள் இல்லாமல் நலம்பெற செய்கின்றோம். இந்தியா மற்றும் வெளிநாடுகளில் இருந்தும் வியாதியஸ்தர்கள் வருகிறார்கள்.

25.11.02

அன்பான இயக்குநர் **திரு. எஸ். புருஷோத்தமன்** *அவர்கட்கு,*

அடையார் நேச்சர் கியூர் சென்டருக்கு *நான் சென்றது, நோய்க்குத் தீர்வு காண்பதற்கு என்பதைவிட ஒரு வித ஆர்வமே காரணமாகும். எனினும் சிகிச்சைத் தொடங்கி இரண்டாவது நாள் அன்றே அடையார் நேச்சர் கியூர் சென்டரைப் பாராட்டுபவனாகவே மாறி விட்டேன். எனது இடது பாத வலி குணமாகி விட்டதோடு மட்டுமல்லாமல் என் இரண்டு கால்களுக்கும் மீண்டும் அத்தகைய துன்பமான வலி நேராதிருக்கப் போதுமான முன் எச்சரிக்கைகளுடன் இருக்குமாறு தங்களின் திறமையான மருத்துவக் குழுவினர் உறுதி செய்தனர். நெருக்கடியான, இறுக்கமான சூழ்நிலையிலும் கூட முகமலர்ச்சியுடன் பாராட்டத் தக்கவாறு தங்களின் பணிகளைச் செய்த உங்களுக்கும், உங்கள் மருத்துவக் குழுவினருக்கும், இயற்கை தாவர எண்ணெய் மற்றும் நீராவி சிகிச்சைப் பிரிவிலுள்ள உதவியாளர்களுக்கும் இயற்கை முறையில் உடலுக்குரிய மசாஜ் முதலிய சிகிச்சைகளைச் செய்பவர்களுக்கும், பிராணவாயு சிகிச்சை, தசை தளர்வு சிகிச்சை செய்பவர்களுக்கும் என்னுடைய தனிப்பட்ட நன்றியையும், பாராட்டுதல்களையும் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன். தாங்கள் பெற்றிருப்பதைப் போன்று வியக்கத்தக்க பணியாளர்களைக் கொண்டுள்ள எந்த நிறுவனமும் சிறந்த பெருமை கொள்ளக் கூடியதாகவே இருக்கும். சிறந்த முனைப்புடனும் உயர்ந்த அர்ப்பணிப்புடனும் பணியாற்றும் உங்கள் குழுவினருக்கும், உங்களுக்கும் மீண்டும் நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.*

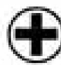
– திரு. சித்தார்த் அய்யர், எண். 70, கிரேஸ் பென்ஸ் அவின்யூ,
வெஸ்ட் பென்னைட் ஹில்ஸ், N.S.W. சிட்னி - 2146, ஆஸ்திரேலியா.

ASTHMA - ஆஸ்துமா

1. Dyspnea *(மூச்சுத் திணறல்)* 2. Respiratory difficulties *(மேல்மூச்சு வாங்குதல்)* 3. Dry cough *(வறட்டு இருமல்)* 4. Cough with sputum *(சளியுடன் கூடிய இருமல்)* 5. Running Nose *(மூக்கில் நீர் வழிதல்)* 6. Nasal Block *(மூக்கடைப்பு)*

WEIGHT REDUCTION (உடல் பருமன்) for LADIES & GENTS

எங்களிடம் நாள்பட்ட இதர நோய்களுக்கும் ஆலோசனை கேட்கலாம்.

  அடையார் நேச்சர் கியூர் சென்டர் 

ADYAR NATURE CURE CENTER™ Regd. Hospital

No. 6, SECOND CROSS STREET, KASTURBHA NAGAR, ADYAR, CHENNAI - 20.
Phone:2441 3399, 2440 2470. Tele Fax: 044-2491 6650 (காந்திநகர் பஸ்டெப்போ எதிரில்)
www.adyarnaturecure.com E-mail: adyarnaturecure@yahoo.com,

குறிப்பு: சாதா, A/c தங்கும் அறைகள் கலர் டி.வி. வசதியுடன் கிடைக்கும்.
சைவ உணவு வசதி மட்டும் உண்டு. முன்பதிவு அவசியம்.

அதிர்ஷ்டத்தை தரும் நல் முத்துக்கள்

THE NUMBER ONE FASHION JEWELLERY SHOP in CHENNAI



- முத்து
- பவளம்
- ஜெய்ப்பூர் மாலைகள்
- அமெரிக்கன் டைமண்ட் நகைகள்
- நவரத்தின மாலைகள்
- ஸ்படிக மாலைகள்
- ருத்ராட்ச மாலைகள்

அனுபவம் மிக்க ஜோதிடர் மூலம் ஜாதகம் கணித்து தரமான ராசிகற்கள் வழங்கப்படும்.



- *Oxidised Jewellery*
- *Kundan Jewellery*
- *Imported Beads in All Colours*
- *Coral Flower Sets*
- *Bombay Fashion Jewellery*
- *Hyderabad Gold Foil Beads*
- *Jade, Ruby, Emerald & Blue Sapphire Necklace Sets, Sets in Silver, Gold Plating etc.*



NARAYANA PEARLS®
GEMS & JEWELS

SHREE SAKTHI PLAZA
Basement, No. 70, Pondy Bazaar, (Next to Maya's Plaza),
T.Nagar, Chennai - 600 017.
Ph : 28150144, 28153588

ALL MAJOR CREDIT CARDS ACCEPTED

SUDHAS PARADISE
62, Pondy Bazaar,
(Opp. Hotel Saravana Bhavan), Below Karur Vysya Bank,
T.Nagar, Chennai-17. Ph : 24322644, 24331060

SUNDAYS ALSO OPEN

மரகதம் ❖ வைரம் ❖ கனகபுஷ்பராகம் ❖ கோமேதகம்

நீலம் ❖ முத்து ❖ வைடூரியம் ❖ பவளம் ❖ மாணிக்கம்

அதிர்ஷ்ட கல் அணிந்து பயனடைவீர்

சில வார்த்தைகள்....



நாம் என்ன 'பொம்மலாட்ட' பொம்மையா?

ஆற்றில், கடலில் கிடைக்காத புழுவா? ஆறாவது அறிவு இல்லாத காரணத்தால் தூண்டிலில் தொங்கும் புழுவைத் தனக்கு இரையாக்கிக் கொள்ள வேண்டும் என்று ஆசைப்படும் மீன், பின்னர் மாட்டிக் கொண்டு தானே இரையாகி விடுகிறது. அதான் முதலிலேயே சொன்னேனே, ஆறாவது அறிவு எனும் பகுத்தறிவு இல்லாத காரணத்தால் என்று!

நம் வாழ்க்கையிலும்தான் எத்தனை தூண்டில்கள். பிறந்த வீட்டில் எத்தனை பிரச்னை, புகுந்த வீட்டில் நன்றாக இருக்கலாம், சினிமா கதாநாயகன் போன்ற கணவன்... இப்போதெல்லாம் கதாநாயகன் கூட வில்லனாக வருகிறான்!) என்பதில் இருந்து ஆரம்பித்து காந்தப் படுக்கை வரை நிறையத் தூண்டில்களில் மாட்டிக் கொள்கிறோம்.

தேடிப் போய் முயற்சியால் அடைய வேண்டிய இரை கண் முன்னே வலியத் தொங்குமா? என்னும் ஐயம் மீனுக்கு வராமல் இருக்கலாம். ஆனால் நமக்கு வரலாம் இல்லையா? இன்றைய காலகட்டத்தில்தான் நம்மைச் சுற்றி எத்தனை எத்தனை தூண்டில்கள்!

எனக்குத் தெரிந்து ஒரு பிரபலமானவர் அவரோடு பேசிக் கொண்டிருந்த நேரத்திலே போன் வந்தது. எதிர்முனையில் என்ன பேசினார் என்பதை எனக்கு அப்புறம் விளக்கினார் அவர். எதிராளி சொன்னாராம், ''நான் டெல்லி போயிருந்தப்ப அவ்வளவு அழகான ஒரு டிரஸ்ஸைப் பார்த்தேன். உடனே உங்க ஞாபகம்தான் வந்தது. எடுத்து வந்திட்டேன். நீங்க நாளைக்கு இந்தப் பக்கம் வர முடியுமா?"

இவர் பேசினதுதான் என்னை மிகவும் கவர்ந்தது. ''ரொம்ப தேங்க்ஸ். நீங்க என் மேல ரொம்ப அன்பு வச்சிருக்கீங்க. கடவுள் எனக்கு என்ன வேணுமோ, எது தேவையோ அதைக் கொடுத்திருக்கார். அது போதும் எனக்கு. மேலும் மேலும் நான் வாங்கி வச்சுண்டு என்ன பண்ணப் போறேன்..." ரொம்ப அன்பாகவே பேசி வைத்து விட்டார்.

நான் கூடக் கேட்டேன், ''ஏன் அவங்க உங்க மேல பிரியப்பட்டு தானே கொடுக்கறாங்க. அதிலே என்ன தப்பு?"

''நான் ஒருத்தரிடம் ஏதாவது கேட்கணுங்கற மாதிரி இறைவன் என்னை வைக்கவில்லை. மனிதர்களால் கொடுக்க முடியாததை கடவுள்தான் கொடுக்க முடியும். அதைத்தான் நான் ஸ்வாமிகிட்டே பிரார்த்தனையா வேண்டிப்பேன். குடும்ப நலன், குழந்தைகளின் படிப்பு, உயர்வு இதையெல்லாம் இறைவன்ட்ட கேட்பேன். ஆனால் மனிதர்கள்கிட்ட நான் எதையும் கேட்கிறதில்லை..."

''நீங்க கேட்கலை. அவங்களாதானே கொடுக்கறாங்க?"

''மனிதன் மட்டும் எந்தக் காரணமும் இல்லாம ஒருத்தருக்கு எதையும் கொடுத்துடறதில்லே. அது



மஞ்சுளா ரமேஷ்

கணவன் மனைவி அன்பிலேர்ந்து எல்லாமே அப்படித்தான். அதுக்காக பெற்றோர், குழந்தை, தம்பதிகள், காதல், எல்லாத்தையும் இப்படித் தோலுரிச்சுப் பார்த்து, இது வெறும் கொடுக்கல் வாங்கல்னு வெறுப்படைஞ்சுடணும்னு நான் சொல்லலை. ஒருவருக்கொருவர் அன்பை, பிரியத்தைக் காட்டிக்க வேண்டியதுதான். ஆனால் நாமுமே அன்பையோ, பொருளையோ கொடுக்கும்போதே எதிராளியும் அதே மாதிரி திருப்பிக் கொடுக்கணும்னு எதிர்பார்த்துகிட்டே கொடுக்கறோம். அங்கேதான் எல்லா சிக்கலுமே வருது. நாம எதிர்பார்த்தபடி இந்த உலகம் இயங்காத போதுதான் எல்லாப் பிரச்னையும் ஆரம்பிக்கிறது" என்றார்.

உண்மையாகவே 'போன் எதிர்முனை' ஆளுக்கு எந்தவித எதிர்பார்ப்புமில்லாத அன்பு இருக்குமானால் இவருக்கு ஒரு தூண்டில் வீசியிருக்க வேண்டாமே! அந்த மனப்பக்குவம், தூண்டிலில் சிக்கிக் கொள்ளாத பகுத்தறிவு இன்றைய காலகட்டத்திற்கு ரொம்பவே தேவையாக இருக்கிறது.

'உலகமயமாக்கல்' கொள்கை வந்துவிட்ட பிறகு வெளிநாட்டு வியாபாரிகளுக்கு நம் நாட்டின் மீதுதான் குறி. எத்தனை விதமான விளம்பரங்கள்! வருஷக்கணக்கில் கார்கள் வைத்திருந்தது போய், வருஷா வருஷம் கார்மேளா! மாதத்திற்கு மாதம் நகை மாற்றம்! செல்ஃபோன் ஒன்றைக் கொடுத்து இன்னொன்று வாங்கிக் கொள் என்கிறார்கள். வீட்டிற்கு ஃபோன் செய்து, "உங்களுக்குப் பரிசு விழுந்திருக்கு" என்கிறார்கள்.

நம்மிடம் ஒரு சலுகையை ஒருவர் காட்டுகிறார் என்று சொன்னால், அவருக்கு எந்த லாபமும் இல்லாமலா காட்டுவார்? என்ற ஒரு திடமான எண்ணம், நமக்கு என்ன தேவையோ அதைத்தான் பெற்றுக் கொள்ள வேண்டும் என்று சலனமில்லாத சிந்தனை இருக்குமேயானால் வாழ்க்கையில் பிரச்னை இருக்காது.

குக்கர் வாங்குவதில் இருந்து பரம்பொருளைத் தேடுவது வரை எல்லாவற்றிற்குமே இதே கொள்கைதான். நாம் இந்தச் சூழ்நிலையில் பிறந்து வளர்ந்து இப்படி வாழ்கிறோம் இதற்கு இன்னின்ன முறையில் உழைத்து மேலே வர வேண்டும் என்று திட்டமிட்டு, நல்ல நோக்கம், நல்ல சிந்தனை, திடமான நம்பிக்கை இவற்றோடு முயற்சி செய்தால் படிப்படியாக வாழ்க்கையிலே முன்னேற முடியும்.

'இறைவனிடம் கையேந்துங்கள்... என்ற அந்தப் பிரபலமான பாடல்தான் எவ்வளவு பெரிய உண்மையைக் கூறுகிறது. மனிதர்களால்

தர இயலாதது என்பது உண்டு. அதற்கு இறைவனிடம் கையேந்துங்கள். 'அவன் இல்லையென்று சொல்லுவதில்லை'!

மற்றவையெல்லாம் தூண்டில் புழுக்களாகத் தான் தொங்கிக் கொண்டு இருக்கின்றன. சரி, அப்போது எப்படித்தான் வாழ்வது? யாரிடம் எதையுமே கேட்கக் கூடாதா?

நாம் வாழ்கின்ற வாழ்க்கையை ஒவ்வொரு நிமிடமும் உணர்ந்து அனுபவித்து வாழ்ந்தால் அதிலேயே ஓர் ஆனந்தம் பெறலாம். சமையல் செய்கிறோம். அந்த நேரத்தில் மனம், சிந்தனை, செயல் எல்லாவற்றையும் அங்கேயே ஊன்றிச் செயல்படும்போது சமையலும் மிக அற்புதமாக அமைந்து விடும். அதிலேயே அச் செயலைச் செய்த ஆனந்தம் பூர்த்தியாகி விடுகிறது. இதைத் தான் கர்மயோகம், யோக ஆனந்தம் என்றெல்லாம் சொல்கிறார்கள்.

இதைப் பரிமாறும் போது அடுத்தவர் பாராட்டினால் சந்தோஷப்படவும், பாராட்டாத போது ஏற்றுக் கொள்ளும் திடசித்தமும் இருந்தால் பிரச்னையில்லை. 'பாராட்டை எதிர்பார்ப்பது' எனும் தூண்டிலில் சிக்கிக் கொண்டால்தான் பிரச்னை. எல்லாமே இப்படித்தான்.

குழந்தையை வளர்ப்பது ஆனந்தம். அவன் நமக்குச் சோறு போடுவான் என எதிர்பார்ப்பது தூண்டில்! 'அது எப்படிங்க எதையுமே எதிர்பார்க்காமல் வாழ்க்கை இருக்கும். நாங்களெல்லாம் என்ன யோகிகளா? முற்றும் துறந்த ஞானிகளா?' எனச் சண்டைக்கு வராதீர்கள்.

தூண்டிலிலே போய் மாட்டிக் கொள்ளும் மீனாக அவஸ்தைப்பட வேண்டி இருக்கிறதே என்பதற்காகத்தான் இதைச் சொல்ல வேண்டி இருக்கிறது. எதிராளி பாராட்டவில்லையென்று சொன்னால், அதற்காக நாம் மனச்சுமையை ஏற்று மூடு கெட்டுப் போக வேண்டாம் இல்லையா?

எதிர்பார்த்த விஷயங்கள் நடக்காத போதும்;
எதிர்பாராத விஷயங்கள் நடக்கும் போதும்
மனம் குழம்பி நிலைகுலைந்து போய் விடாமல்,
நின்று திடமாக எதிர்கொண்டால்தான் வாழ்க்கையை நம் விருப்பப்படி வாழ முடியும்.

எதிரில் இருக்கிறவர்களின் செய்கைகளுக்கு ஏற்றபடியெல்லாம் நாம் மாறிக் கொண்டே இருந்தோமானால், வாழ்க்கை நம் கையில் இருக்காது.

நாம் என்ன பொம்மலாட்ட பொம்மையா, எதிராளி நம்மை ஆட்டிப் படைப்பதற்கு?

வாழ்க்கை ஒரு வண்ணப் பூங்கா, பெண்ணே நீ மனம் வைத்தால்...


• டாக்டர் ராதா

கோவை மத்திய ரோட்டரி சங்க மகளிர் இணைந்து நடத்திய "வாழ்க்கை ஒரு வண்ணப் பூங்கா, பெண்ணே நீ மனம் வைத்தால்" என்ற கருத்தரங்கம், தற்செயலாக நம்முடைய வெற்றிச் சிறப்பிதழ் தலைப்போடு பொருந்தியது. மஞ்சுளா ரமேஷ், பிரபல எழுத்தாளர் வாஸந்தி, பேராசிரியை சாரதா நம்பி ஆரூரன் ஆகியோர் கலந்து கொண்ட இந்தக் கருத்தரங்கில் பேசப்பட்ட சுவையான விஷயங்களும், வாசகர்களின் கேள்வி-பதில் நிகழ்ச்சியும் நவரச கருத்தரங்கமாக அதனை ஆக்கியது என்றுதான் சொல்ல வேண்டும்.



• மேடையில்....


• வாஸந்தி

செல்வி வீணா சூரியின் கடவுள் வாழ்த்துப் பாடலுடன் கருத் தரங்கம் துவங்கியது. திருமதி சரஸ்வதி ராமச்சந்திரன் அனை வரையும் வரவேற்றுப் பேசிய போது, பெண் பூமியின் ஜீவா தாரம் என்றும், இறைவனின் அற் புதப் படைப்பு என்றும் குறிப்பிட் டார்.

கருத்தரங்கினைத் துவக்கி வைத்துப் பேசுகையில் திருமதி மஞ்சுளா ரமேஷ் நடுத்தர வய தினை பெண்கள் எட்டும் போது அவர்களுக்கே உரிய ஒரு சில

• சாரதா




பிரச்சினைகள் தலை காட்டினாலும், அவற்றைச் சமாளித்து, மகிழ்ச்சியோடும், வாழ்க்கையின் மீது பிடிப்போடும்தான் இருக்கிறார்கள். இருப்பினும், சினிமா, டீவி சீரியல்கள் போன்றவற்றில், பெண்கள் எப்போதும் அழுது கொண்டிருப்பதாகவே சித்திரிக்கப்படுவதாக அவர் சுட்டிக்காட்டினார்.

திருமதி வாஸந்தி...

தனது இளமைக் காலத்தில் அத்தைப் பாட்டி என்று தாங்கள் அன்போடு அழைத்த ஒரு பெண்மணியின் வாழ்க்கையில் நடைபெற்ற சோகங்களை எடுத்துரைத்தார். தனது ஆறு வயதில், ஒரு பத்து வயதுச் சிறுவனுக்கு மணம் முடிக்கப்பட்ட அத்தைப் பாட்டி, தன்னுடைய பத்து வயதில் கணவனை காவிரி வெள்ளத்திற்குப் பலிகொடுத்து, விதவையானார். வீட்டில் இருந்தவர்கள் அவளுக்கு ஒன்பது கஜ நார் மடிப் புடவையைக் கொடுத்து மூலையில் உட்கார வைத்தனர். பால்ய விதவையான அத்தைப் பாட்டிக்கு வாழ்க்கை இந்தக் கடுமையான தண்டனையைக் கொடுத்தபோதும், அவர் எப்போதும் சிரித்த முகத்தோடு, உற்சாகமாக இருந்தார். குழந்தைகளுக்குத் தன் அன்பை வாரி வழங்கினார். கலாச்சார ரீதியாக அவருக்கு வழங்கப்பட்ட அழுத்தமும், புறக்கணிப்பும் அவரைப் பாதிக்கவில்லை.

பெண்கள் உற்சாகமாக இருப்பதற்கும் துணிச்சல் வேண்டும். அந்த மனப்பாங்கினை பெண்களே ஏற்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். நாற்பது வயதிற்குப் பின்னரே தான் ஒரு செய்திப் பத்திரிகையின் ஆசிரியராக சாதனை செய்து வெற்றிக் கண்டதை நினைவுகூர்ந்த திருமதி வாஸந்தி, "எந்த ஒரு காரியத்திலும் ஆண்கள் 100 சதவிகிதம் உற்சாகத்தோடு ஈடுபட்டால், பெண்கள் 300 மடங்கு உற்சாகத்தைக் காட்டி ஈடுபட வேண்டும்" என்று இறுதியில் வற்புறுத்தினார்.

தக்காளியைப் போட்டுச் செய்யும் எந்த வட இந்திய உணவு என்றாலும், தக்காளியை வதக்கும் பொழுது சிறிது சர்க்கரையைச் சேர்த்தால், தக்காளியின் சிவப்பு நிறம் மேலும் அதிகமாகி, சுவையும் கூடுதலாகும்.

- ஸ்ரீமதி ரவிச்சந்தர்.



திருமதி சாரதா நம்பி ஆரூரான்...

மகாத்மா காந்தி அவர்களைச் சிலர் சந்தித்து, மக்களுக்கு அவருடைய செய்தி என்ன என்று கேட்டபோது, அவர் தன்னுடைய வாழ்க்கையே தான் மக்களுக்கு விடுக்கும் செய்தி என்று கூறியதைச் சுட்டிக்காட்டி, இந்தக் கருத்தரங்கில், தான் தன்னுடைய வாழ்க்கை நிகழ்ச்சிகளையே பெண்களுக்குரிய செய்தியாக முன்வைக்கப் போவதாகக் குறிப்பிட்டார்.

ஒரு கல்லூரிப் பேராசிரியை, கம்பன் கழக நிகழ்ச்சிகளில் பேச்சாளர், ஆன்மீகச் சொற்பொழிவாளர் மற்றும் ஒரு ரோட்டேரியன் போன்ற பல்வேறு பாத்திரங்கள் தனக்கு இருப்பதாகவும், வயது உடலைப் பொறுத்ததல்ல, மனதைப் பொறுத்தது, எனவே நன்றாகத் தோன்ற வேண்டும் என்று எண்ணுவதில் தவறேதும் கிடையாது என்றும் கூறினார் திருமதி சாரதா.

தனது 37வது வயதில், ஆறு ஆண்டுகள் ரத்தப் புற்றுநோயுடன் போராடிய, (மறைமலை அடிகளாரின் பேரனான) தன் 42 வயது கணவர் 1987ல் இறந்த போது, குழந்தைகளுக்காக தான் அழவே கூடாது என்று தீர்மானித்ததாக அவர் குறிப்பிட்டார். ஆனால் அடுத்த பேரிடியாக அவருடைய அருமை மகள், கோவை அரசு பொறியியல் கல்லூரியில் சேர்க்கப்பட்ட ஒரே ஆண்டில் திடீரென்று நோய்வாய்ப்பட்டு இறந்தாள். கணவனையும், மகளையும் பறிகொடுத்து விட்டதைத் தாங்காமல் தற்கொலைக்கு முயன்றபோது, மனோதத்துவ மருத்துவர் அளித்த அறிவுரை அவர் எண்ணத்தை மாற்றியது. "இழந்தது இரண்டு இழப்புகள்தான். ஆனால் உங்களுக்கு இருப்பவை எம்.ஏ., எம்பில்., பிஎச்டி. பட்டங்கள், கல்லூரி பேராசிரியை பதவி, சமூக அந்தஸ்து... போன்றவை" என்று பெரும் பட்டியலிட்டது அவருக்குத் தெம்பூட்டின. சோதனைகள் சாதனைகள் ஆக்கப்பட்டன.

மேடைப் பேச்சுக்குக் கலை மாமணி பட்டம் பெற்ற ஒரே பெண்மணியாகத் திகழ்கின்ற நம்பி ஆரூரான், "வாழ்க்கையில் நம்பிக்கை மிக மிக முக்கியம், ஏதாவது ஒன்றில் பிடிப்பும், ஆர்வமும் இருக்க வேண்டும். அழுது கொண்டே இருந்தால் அந்த அழுகை



யைப் பகிர்ந்து கொள்ள யாரும் முன் வர மாட்டார்கள். ஒருமுறை, இரண்டு முறை நம்முடைய துன்பக் கதைகளைக் கேட்கின்றவர்கள், அடுத்த முறை நம்மைப் பார்த்தாலே விலகி விடுவார்கள்'' என்றார்.

"கணவனை இழந்த பின்னர், உணவு கூட சரியாக உண்ணாமல் நான் இருந்தபோது என்னுடைய அன்றைய கல்லூரி முதல்வர் டாக்டர் வசந்தா "You should love yourself" என்ற மகத்தான அறிவுரையை வழங்கினார்." அவரே தன்னை பூ வைத்துக் கொள்ளச் சொல்லி வற்புறுத்தியதையும் குறிப்பிட்டார். "வாழ்வில் கொடுமையான அடிகளைத் தாங்கி இன்று பலருக்கும் பல செய்திகளைச் சொல்லக் காரணம் ஆன்மீகமே. அதில் எனக்கு ஆண்டவன் ஏற்படுத்திய பிடிப்பே" என்று கூறினார் சாரதா.



திருமதி மஞ்சுளா ரமேஷ் :

''பெண்கள் தங்கள் நாற்பதுகளில், பிரச்சினைகளையும், பொறுப்புகளையும் சுமந்து, உடல் மற்றும் மனரீதியான உளைச்சல்களுக்கும், இறுக்கத்திற்கும் ஆளாகிறார்கள். தங்கள் குழந்தைகளை வளர்த்தது போதாது என்று பேரன் பேத்திகளை வளர்க்கப் பாட்டிகளின் இரண்டாவது சுற்று குடும்ப வாழ்வு துவங்கி விடுகிறது'' என்றும் குறிப்பிட்டார்.

''சாதனை படைக்கும் பெண்கள், வசதி வாய்ப்பு, சூழ்நிலை, கணவன் ஒத்துழைப்பு போன்றவற்றினால் மட்டுமே வெற்றி அடைய முடிவதாகப் பரவலான ஒரு எண்ணம் இருக்கிறது. அந்தக் கருத்து தவறானது. நேருவின் மகளாக இருந்ததால்தான் இந்திரா காந்தி பிரதமராக முடிந்தது என்று கூறுகின்றவர்கள், எளிமையான குடும்பத்தில் பிறந்த லால்பகதூர் சாஸ்திரியும் பிரதமரானதை மறந்து விடக்கூடாது.

விடாமுயற்சியும், உழைப்பும் இருந்தால் எல்லோருமே சாதிக்க முடியும். நான்கு, ஐந்து மணிக்கு எழுந்திருந்து உழைக்கத் தலைப்பட வேண்டும். அலாரம் அடித்தால் நாம் அதன் தலையில் அடித்தால் முன்னேற முடியாது. கனவுகள் சாதனைகளாக மாற வேண்டுமானால் விடாமுயற்சி தேவை. திருமதி எம்.எஸ். சுப்புலட்சுமியிலிருந்து ஐஸ்வர்யா ராய் வரை அனைவருமே விடாமுயற்சியினால் தான் சாதனையாளர்களாகத் திகழ்கிறார்கள். அவர்கள் கடந்து வந்த பாதை சாதாரணமானதல்ல.



இந்தியாவில் ஒவ்வொரு பெண்ணின் பின்னாலும் ஒரு சோகக் கதை இருக்கிறது. எல்லோரும் சீதைகள் போலத்தான் இருக்கிறார்கள். ஆனால் அழுது கொண்டிருந்தால் எதையும் சாதிக்க முடியாது. நம் சாதனைகளை



எந்த தரம் குறைந்த தங்கத்தையும்* மாற்றுங்கள்.

இதுவரை இல்லாத உயர்ந்த விலைக்கு, எடை இழப்பு இல்லாமல்.

- உங்களது நகைகளின் தரம்* எப்படியிருந்தாலும் (20, 21, 22k)
- விலை/எடை குறைப்பு இல்லாமல்
- பதிலுக்கு ஏற்றுமதி தரமான 916 தர தங்கம் அளிக்கப்படும்

வித்தியாசம் தெரிகிறதா? மற்றவர்கள் உங்கள் தங்கம் 916 தரம் இல்லாத பட்சத்தில் எடை/விலையை குறைக்கும் பொழுது, நாங்கள் தங்கத்தின் தரம்* எப்படி இருந்தாலும் எடை/விலையை குறைக்காமல் ஏற்றுக்கொள்கிறோம்.

ஆச்சரியமாக இருக்கிறதா? இன்றே எங்கள் கடைகளுக்கு விஜயம் செய்யுங்கள்.

916 GOLD

KFJ

கேரளா ஃபேஷன் ஜுவெல்லரி

நாங்கள் வழங்கும் தங்கத்திற்கு மற்றவர்களும் அளிக்கிறார்கள் உத்திரவாதம்

• பிரின்ஸ் டவர்ஸ், முதல் மாடி, அபிராமி தியேட்டர் எதிரில், புரசைவாக்கம், சென்னை-7. தொ.பே : 26650500, 26404343. • லஸ் கார்னர், மயிலாப்பூர், சென்னை-4. தொ.பே : 24985454/4274.

Mudra/KFJ 2001-03



• டாக்டர். ராமச்சந்திரன்

மட்டுமே மற்றவர்கள் பகிர்ந்து கொள்ள முன் வருவார்கள். அழுகையை யாரும் பகிர்ந்து கொள்ள மாட்டார்கள். வாய்ப்புகள் கதவைத் தட்டும் போது வரவேற்று, பயன்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். உடலையும், உள்ளத்தையும் ஒருங்கே பாதுகாக்க வேண்டும்" என்று கூறினார்.

அடுத்து, கேள்வி பதில் நிகழ்ச்சி -

திரு எம்.வி.எம். முத்து :

"மேல்நாடுகளில் திருமணம் என்பது விவாகரத்துப் பெற்ற இருவர் செய்து கொள்வது என்ற நிலைக்கு வந்து விட்டது. அந்தக் கலாச்சாரம், இந்தியாவிலும் வேகமாகப் பரவி வருகிறது. உதாரணமாக, கோவை குடும்ப நீதிமன்றத்தில் மட்டும் 1000க்கும் மேற்பட்ட விவாகரத்து வழக்குகள் நிலுவையில் உள்ளன. இந்நிலை தொடராமல், ஆண் பெண்களிடையே மனமாற்றம் ஏற்பட என்ன வழி?"

ஒரு வாசகி :

"விட்டுக் கொடுக்கும் மனப்பான்மை, மன உறுதி, ஆக்கப்பூர்வமான அணுகுமுறை இவை இருந்தால் விவாகரத்து வழக்குகள் வராது."

திருமதி மஞ்சுளா ரமேஷ் :

"அந்தக் காலத்தைப் போல் இல்லாமல் இப்போது பெண்களுக்கு 24, 25 வயதில் திருமணம் செய்து வைக்கிறோம். அப்போது அவர்களுக்கென்று ஒரு மனப்பக்குவமும், வாழ்க்கை பற்றிய சுய சிந்தனையும் உருப்பெற்று விடுகின்றன. திருமணம் ஆகும் போது பெற்றோர் அவளைத் திடீரென்று கலாசாரம், கட்டுப்பாடு என்ற பாட்டிலுக்குள் அடைக்க முயலுகின்றனர்.

இது சமுதாயத்தின் மாற்றத்தினால் ஏற்பட்டுள்ள ஒட்டுமொத்த பிரச்னை. தனிப்பட்ட இருவரின் பிரச்னையல்ல.

திருமதி வாஸந்தி :

"மணமாகும் ஒரு இளைஞன் அவனது தாய், அவன் தந்தையிடம் நடந்து கொண்டதைப் போலவே தன்னிடம் தன் மனைவி நடந்து கொள்ள வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்கிறான். பெண்களின் கனவுகளும், எல்லைகளும் விரிந்து விட்டன. ஆனால் சமுதாயக் கட்டமைப்பு அந்த அளவுக்கு விரிவடையவில்லை."

திருமதி சாரதா :

"நான் சேலத்தில் ஒரு கல்லூரியில் உரையாற்றச் சென்றிருந்தபோது, கூடியிருந்த பெற்றோர்கள், தங்கள் பெண்களுக்குச் சகிப்புத் தன்மையின் அவசியத்தை அறிவுறுத்துமாறு கேட்டுக் கொண்டனர். 25 வயதில் மணமாகும் பெண்களிடையே flexibility குறைந்து விடுகிறது. இது ஏதோ அவர்களின் தவறு போல நினைப்பது சரியல்ல."

திருமதி ஜெயந்தி :

"நான் ஒரு ஆண் போலவே வளர்ந்தேன். வெட்கம் என்றால் என்ன என்றே எனக்குத் தெரியாது. திருமணத்தின் போது கூட நிமிர்ந்தே உட்கார்ந்திருந்தேன். இது தவறா?"

திருமதி வாஸந்தி :

"ஆண்களைப் போல வளருவதில் தவறில்லை. டாம் பாய் ஆக இருப்பது இயற்கைதான். Aggressive ஆக இருப்பது ஒரு தவறான குணம் என்று சொல்ல முடியாது. இருந்தாலும் ஆண்களுடைய மைனஸ் பாயிண்ட்களை நாமும் செய்ய முயலக் கூடாது. அப்போது தான் பிரச்சினைகள் தலைதூக்காமல் இருக்கும்."

திருமதி மஞ்சுளா :

"தலையைக் குனிந்து கொள்வது வெட்கப்படுவது இவையெல்லாம் இல்லாமல் இருந்தால் தவறில்லை. இருப்பினும் இயற்கை நியதி என்று இருக்கிறது. அத்தோடு இணைந்து வாழ வேண்டும். ஒரு தென்னை மரம் வாழை மரமாக வேண்டும் என்று முயல்வதில்லை. வாழை மரம் தென்னை மரமாக முடியாது. பெண்களுக்கே உரிய அற்புதமான வரம் தாய்மை. அதில் நாம் பெருமைப்பட வேண்டும்."

திருமதி சாரதா நம்பி ஆரூரன் :

"எல்லா ஆண்களிடத்திலும் கூட சிறிது பெண்மை குணம் உண்டு. உதாரணமாக திரு.வி.க, மறைமலை அடிகளார், என் கணவர்

போன்றவர்களைக் கூறலாம். அதனால்தான் அவர்கள் வெற்றி பெற முடிந்தது என்று கூட கூற முடியும். அதில் ஒன்றும் தாழ்வில்லை."

சாந்தி :
"சமீபத்தில் உண்மை என்ற பெயரில் பெண்கள் தங்கள் அந்தரங்கங்களை கேபின் டி.வி. நிகழ்ச்சிகளில் வெட்ட வெளிச்சமாக்கு கிறார்கள். தங்கள் முகம் டீவியில் தெரிய வேண் டும் என்பதற்காகவே அவர்கள் இப்படிச் செய் கிறார்களோ என்று எண்ணத் தோன்றுகிறது."

திருமதி மஞ்சுளா :
"நீங்கள் சொல்வது உண்மைதான். அப் படிப்பட்ட சீரியல்களைப் பார்ப்பதை நாம் தவிர்க்க வேண்டும். பள்ளி ஆண்டு விழாவில் மாறுவேடப் போட்டியில் அந்தக் காலத்தில் பாரதி வேடம் போட்டால் பரிசு கிடைக்கும். இப்போது பிரேமானந்தா, வீரப்பன் வேஷம் போட்டால்தான் கைதட்டு என்கிற நிலை. அசிங்கமான டூயட் பாடல் இசைக்குக் குழந் தைகளை மேடையில் ஆட விடுகிறார்கள். ஏதாவது அல்லது எதை வேண்டுமானாலும் பேசி, செய்து தாங்கள் வெளிச்சத்திற்கு வர வேண்டும் என்ற 'பாபுலாரிட்டி' வெறி வந் திருப்பதுதான் இதற்குக் காரணம்."

டாக்டர் ராதா :
"கணவனும், மனைவியும் தனித்தனித் துறைகளிலோ, அல்லது ஒரே துறையிலோ ஏதாவது சாதனை புரிந்தாலும், கணவன் மட் டுமே முன்னிலைப்படுத்தப்படுகிறான். பெண் பின்னுக்குத் தள்ளப்படுகிறாள். இந்த மனப் பான்மை மாற வேண்டாமா?"

திருமதி மஞ்சுளா ரமேஷ் :
"நீங்கள் கூறுவது சரியல்ல. தன்னைப் பின்னுக்குத் தள்ளிக் கொள்வது பெண்தானே தவிர சமுதாயமல்ல. டாக்டர் லலிதா காமேஸ்வரன் தம்பதியைக் கேள்விப்பட் டிருப்பீர்கள். லலிதா காமேஸ்வரன் தன்னு டைய சாதனைகளால் பெருமை பெற்றவர். இப்படி நிறைய பேர் இருக்கிறார்கள்."



டாக்டர் ராமச்சந்திரன் :
"நூற்றுக்கு 95 சதவிகிதம் விடாமுயற்சி யினால் சாதிக்க முடியும் எனகிறீர்கள். எல் லோருமே அவ்வாறு முன்னுக்கு வந்து விட லாம் என்றால், பெண்கள் ஏன் 33 சதவிகிதம் ஒதுக்கீடு கேட்கிறீர்கள்?"

திருமதி வாஸந்தி :
"அரசியல் போன்ற துறைகளில் பெண் களை ஆண்கள் முன்னுக்கு வரவிடுவதில்லை. உதாரணமாக ஆந்திராவில் மதுவிலக்கை ஆதரித்துப் பெண்கள் போராடி பல சாதனை களைப் புரிந்தனர். ஆனால் தேர்தலின் போது அந்தப் பெண்கள் சார்ந்த கட்சிகளிலேயே அவர்களுக்கு சீட் கொடுக்கப்படவில்லை. ரிசர்வேஷன் கேட்பதற்கு ஆண் சமூகமே கார ணம். ரிசர்வேஷன் வாயிலாக வந்தாலாவது அங்கீகாரம் கிடைக்கும் என்று பெண்கள் எதிர்பார்க்கிறார்கள்."

திருமதி மஞ்சுளா :
"ரிசர்வேஷன் என்று கேட்பது இங்கு கூடி யிருக்கின்ற இந்தப் பெண்களுக்காக அல்ல. இப்படிப்பட்ட கருத்துக்கள் எல்லாம் இருக் கின்றன என்று கூடத் தெரியாமல் வெளியே வாழ்கின்ற பரிதாபத்திற்குரிய லட்சக்கணக் கான பெண்களுக்காக!"

திரு சுபாஷ் :
"பெண்கள் எம்.ஏ., எம்.எஸ்ஸி., போன்ற பல பட்டங்கள் பெற்று விட்டு, மணமான பின்னர், ஹவுஸ்வொய்ஃப் ஆக முடங்கிப் போகிறார்கள். அவர்களுடைய திறமைகள் வெளிக்கொண்டு வரப்படுவது கிடையாது."

திருமதி மஞ்சுளா :
"நீங்கள் உங்கள் மனைவியின் திறமைகள் வெளிப்பட என்ன செய்திருக்கிறீர்கள். குடும்ப அமைப்புதான் பெண்களின் திறமைகள் வெளியே வரத் தடையாக இருக்கிறது. மகளாக இருக்கும் வரை சுதந்திரமாக வளரும் பெண், மனைவியான பின் இப்படி ஆகிறாள் என்றால் அது யார் தவறு?"

திருமதி சாரதாநம்பி ஆரூரன், "துன்பம் நேர்கையில் யாழெடுத்து நீ இன்பம் சேர்க்க மாட்டாயா..." என்ற பாடலை இனிமையாகப் பாடி, கருத்தரங்கை நிறைவு செய்தார்.

தொகுப்பு : **விஜயலட்சுமி சுப்ரமணியம்**
படங்கள் : **ஜி. சுரேஷ்**

மங்கையர் மலர்

பயனடைந்தவர்கள் பாராட்டு!



"விளம்பரம் வந்தவுடனேயே, போன் கால்களும், கடிதங்களும், ஜாதகங்களும் வரத் தொடங்க, எங்களுக்கு உற்சாகமும் நம்பிக்கையும் ஏற்பட்டது."

"திருமண மலர் பகுதியில் நீங்களும் விளம்பரம் செய்து பயனடையலாமே!"

"எனது தம்பிக்கு மறுமணம் செய்ய நினைத்த போது மலைப்பாக இருந்தது, யார் முன் வருவார்கள் என்று.

காரணம், தாரமிழந்த அவனுக்கு மூன்று குழந்தைகள்! ஆங்கில இதழ்களில் கொடுத்த விளம்பரத்தில் அவ்வளவாக பலன் கிடைக்கவில்லை. நண்பர் ஒருவரின் ஆலோசனையின்பேரில், அரை மனதுடன் மங்கையர் மலர் 'திருமண மலர் விளம்பரப் பகுதியில்' விளம்பரம் கொடுத்தேன். இறைவன் அருளாலும் மங்கையர் மலரின் உதவியாலும் தம்பிக்கு நல்ல மனைவியும், அவன் குழந்தைகளுக்கு நல்ல தாயும் கிடைத்தாள். எங்களுக்கு உதவிய 'மங்கையர் மலருக்கு' மனமார்ந்த நன்றி. இதேபோல் அனைவரும் மங்கையர் மலர் மூலம் விளம்பரம் செய்து பயனடைய, இறைவனைப் பிரார்த்திக்கிறேன்."

- கே.எஸ். ராமன், டாக்டர் லக்ஷ்மணசாமி ரோடு,
கே.கே. நகர், சென்னை - 78

'திருமண மலர்' பகுதியில் விளம்பரம் செய்ய அணுகவும் :
மானேஜர், திருமண மலர் பகுதி, கல்கி பில்டிங்க்ஸ், 47-N.P., ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை,
ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை-97 தொலைபேசி : 22345622/23/24 தொலைநகல் : 044-2234 5621
மங்கையர் மலர் இன்டர்நெட் முகவரி : www.mangayarmalarmonthly.com



> ஒருவன் வாழ்க்கையில் வெற்றியடைய ஒரே ஒரு கொள்கையைப் பின்பற்றினால் போதும். அது - கடினமான உழைப்பு.

“நன்றியை வார்த்தைகளில் சொல்லாதே!”

காது, மூக்கு, தொண்டை ஆகிய உறுப்புகளுக்கு மருத்துவம் அளிக்கும் ஈ.என்.டி. ஸ்பெஷலிஸ்ட் டாக்டர் திரு. மோகன் காமேஸ்வரன் -

“ஒவ்வொரு பெற்றோரும் தங்கள் குழந்தைகளை வளர்க்கும் போது கதைகள் சொல்வது வழக்கம். வித்தியாசமாக என்னுடைய தாயார் எனக்கு உணவு ஊட்டும் போதும், தாலாட்டும் போதும் கூட திருக்குறளைத்தான் கூறுவார். ஒவ்வொரு குறளையும் கூறி அதற்கு விளக்கத்தை அந்தந்த வயதிற்கேற்ப மனத்தில் பதியும்படிச் சொல்லித் தருவது வழக்கம். அதனால் திருக்குறள் என் மனத்தில் நன்கு பதிந்து விட்டது. என் தாயார், வாழ்க்கைக்கு அடிப்படையான பொய் பேசாமலிருப்பது, பிறர் மனம் புண்படாது பேசுவது, அன்புடன் நடந்து கொள்வது போன்ற வாழ்க்கை முறைகளை, கற்றுக் கொடுத்து வந்த போது, என்றும் ‘உழைப்பு’ என்ற மூலமந்திரமே வாழ்க்கைக்கு வெற்றி தரும் என்ற கருத்தை மட்டும் மிகவும் வலியுறுத்திச் சொல்வார்.

"தெய்வத்தான் ஆகாதெனினும் முயற்சி
தன்மெய்வருத்தக் கூலி தரும்"

-இந்தக் குறளை பலமுறை எடுத்துரைத்துள்ளார். வாழ்க்கையில் அதிர்ஷ்டம் வரும், கடவுள் கொடுத்து விடுவார், என்று அசட்டையாக இருப்பது

பயன் தராது. கடுமையான உழைப்புதான் வெற்றிக் கனியைத் தரும் என்பதே அதன் கருத்து. இதை மனத்தில் வைத்துக் கொண்டாலும், இதுதான் உண்மை என்பதை வாழ்க்கையில் நடந்த பல சம்பவங்களே எனக்கு எடுத்துரைத்தன.

மருத்துவப் பட்டப் படிப்பை முடித்து மேற்படிப்பிற்காக இங்கிலாந்து நாட்டிற்கு எப்.ஆர்.சி.எஸ். படிக்கச் சென்றிருந்தேன். ராயல் ஈ.என்.டி. மருத்துவமனையில் ரெஜிஸ்தரார் ஆகப் பணிபுரிந்து கொண்டு படித்து வந்தேன். நான் தங்கியிருந்த சிறிய அறைக்கு அடுத்த அறையிலேயே டாக்டர். ராபர்ட் ப்ரேஸி தங்கியிருந்தார். சிறு குழந்தைகளுக்கான காது, மூக்கு, தொண்டை மருத்துவம் என்ற துறையை உருவாக்கியவர். மருத்துவ உலகில் மிகப் பெரிய சாதனையாளர்.

"ஒருவன் வாழ்க்கையில் வெற்றியடைய ஒரே ஒரு கொள்கையைப் பின்பற்றினால் போதும். அதுவே கடினமான உழைப்பு. ஆனால் அதனை அவன் விரும்பி அனுபவித்துச் செய்ய வேண்டும். அதில் அவனுக்கு மகிழ்ச்சி ஏற்பட வேண்டும். இந்த உழைப்புதான் அவனை வெற்றி பெறச் செய்யும். இதற்கு வயதும் கிடையாது, எல்லையும் கிடையாது, எந்த வரைமுறையும் கிடையாது" என்றார்.

என் மனத்தில் பொறி தட்டியது போலிருந்தது. என் அன்னை சிறு வயது முதல் கூறிய திருக்குறளின் அர்த்தத்தை மேலும் நன்றாக, வாழ்க்கை அனுபவம் புரியவைத்தது. அன்று முதல் ஒரு நாளில் பதினாறு முதல் பதினேழு மணி நேரம் வரை உழைப்பதை பழக்கமாகக் கொண்டிருக்கிறேன்.

"நன்றியை வார்த்தைகளில் கூற வேண்டிய அவசியமில்லை. செயல்களில்தான் காட்ட வேண்டும்."

இன்ஸ்ட்டிட்யூட் ஆஃப் லாரிங்காலஜி மற்றும் ஆடோலஜியின் தலைமை நிர்வாகியாக, டீனாகப் பணிபுரிந்து வந்தார். என்னைப் போல் படிக்க வந்த இளைஞர்களுக்கெல்லாம் கடவுளாக விளங்கியவர்.

நான் நம் ஊர் வழக்கம் போல் அதிகாலையில் எழுந்து குளித்து, கடவுளைக் கும்பிட்டு விட்டு, படிக்க உட்காரும் போது பார்த்தால் அவரது அறையிலும் விளக்கு போடப்பட்டிருக்கும். அது எனக்கு ஆச்சரியமான விஷயமாக இருந்தது. ஒரு நாள் காலையில் அவருடன் சேர்ந்து காப்பி அருந்திக் கொண்டிருந்த போது,

"நாங்கள் மாணவர்கள், பரீட்சை எழுதுவதற்காக, படிக்க, அதிகாலையில் எழுந்திருக்கிறோம். நீங்களோ வாழ்க்கையில் பல சாதனைகளைச் செய்து வெற்றியை எட்டியவர். இந்த வயதில் நீங்கள் எதற்காக உடலை வருத்திக் கொள்கிறீர்கள்? இந்த ஊர் குளிரில் அதிகாலையில் எழுந்தே செய்ய வேண்டிய அவசியம் என்ன?" என்று கேட்ட போது அவர் கூறினார்,

இதனை மற்றொரு சம்பவமும் உறுதிப்படுத்தியது. எனக்குத் திருமணமாகி, நானும் என் மனைவி இந்திராவும் கிளாஸ்கோவில் இருந்த சமயம். அங்குள்ள மருத்துவமனையில் சீனியர் ரெஜிஸ்த்ரராகப் பணிபுரிந்து கொண்டிருந்தேன். என்னுடன் மூத்த மருத்துவரான டாக்டர் டாயிக் என்பவர் பணிபுரிந்து கொண்டிருந்தார். அந்த சமயம் இந்தியாவிலிருந்த என் தாயாருக்குத் திடீரென மாரடைப்பு ஏற்பட்டு மருத்துவமனையில் சேர்க்கப்பட்ட விவரம் தொலைபேசி மூலம் என் மனைவிக்குத் தெரியவந்தது. உடனே எனக்கு அந்தச் செய்தியை மருத்துவமனையில் சொல்ல முயன்ற நேரம், நான் அறுவை சிகிச்சை செய்து கொண்டிருந்தேன். விஷயத்தைக் கேட்ட டாக்டர் டாயிக், அறுவை சிகிச்சைக்கிடையே என்னைத் தொந்திரவு செய்யக் கூடாது என்று அனைவரிடமும் கூறினார். ட்ராவல் ஏஜென்சிக்குத் தானே ஃபோன் செய்து, எனக்கும் என் மனைவிக்கும் அன்று மாலை பயணத்திற்கு விமான டிக்கெட்

வாங்கினார். பதினைந்து நாட்களுக்கான விடுமுறையை அளித்து அம்மாத சம்பளத் தொகையையும் தானே கையெழுத்திட்டு வாங்கித் தயாராக வைத்திருந்தார். ஆபரேஷன் தியேட்டரை விட்டு நான் வெளியே வந்ததும் விவரம் கூறி டிக்கெட்டையும், பணத்தையும் தந்த போது என் கண்கள் நன்றியில் குளமாயின.

இந்தியா வந்து என் அன்னையுடன் இருந்து உடல்நலம் சற்று சீரானதும், டாக்டர் டாயிக்கிற்கு ஃபோன் செய்து விடுமுறையை முன்னதாக முடித்துக் கொண்டு நான் வருவதாகக் கூறியதும், "உனக்குக் கொடுக்கப்பட்ட விடுமுறையை என் ஆணைப்படி முடித்து விட்டு வா. உன் அருகாமை இப்போது உன் அம்மாவிற்கு மிகவும் அவசியம்" என்றார்.

"என் வேலைகளை விட்டு வந்துள்ளதால் அதைக் கவனிக்க வேண்டிய சிரமம் உங்களுக்கு இருக்கிறதே என்ற கவலையில் கேட்டேன் டாக்டர். உங்கள் உதவிக்கு நன்றி கூற வார்த்தைகள் இல்லை" என்றேன்.

"நன்றியை வார்த்தைகளில் கூற வேண்டிய அவசியமில்லை. செயல்களில்தான் காட்ட வேண்டும். அப்படிப் பார்க்கும் போது நீ உன் அயராத உழைப்பின் மூலம் பலமுறை இதனை ஏற்கெனவே செய்து விட்டாய்" என்றார். என் வாழ்க்கையின் வழிகாட்டிகளாக விளங்கிய என் அன்னையும், டாக்டர் ராபர்ட் ப்ரேஸியும் எடுத்துரைத்த கடின உழைப்பின் பலனை அன்று மற்றொரு முறை உணர முடிந்தது.

வாழ்க்கையில் வெற்றி பெற ஒவ்வொருவருக்கும் பல சந்தர்ப்பங்களும், திருப்புமுனைகளும் ஏற்படுகின்றன. அவற்றிலிருந்து கிடைக்கும் பாடத்தை ஏற்று நம் வாழ்க்கையை நடத்த வேண்டும். ஆனால் இன்று பலரும் குறிக்கோள், கொள்கைகள் ஏதுமின்றி, சிரமமின்றி மிக எளிதாக வாழ்வில் முன்னேற வேண்டும், அதிவேகமாகப் பணம் சேர்க்க வேண்டும் என்று நினைக்கிறார்கள். திருப்புமுனைகள் வேறு, குறுக்கு வழிகள் வேறு. என்றும் நிலையான சீரான பாதையில் அயராமல் உழைத்து முன்வர வேண்டும், என்பதே இளைஞர்களுக்கு என் வேண்டுகோள்.

பேட்டி : ராஜ்யஸ்ரீ சந்திரசேகர்

தினம் தினம் ஒரு தினம்?

இப்போது தான் புது வருடப் பிறப்புக் கொண்டாட்டங்கள் முடிந்தது போல இருக்கிறது.

இழுத்து இரண்டு மூச்சு விடுவதற்குள் பொங்கல் கோலாகலங்கள்...

அசர நேரம் இல்லாமல் வந்து நிற்கிறது காதலர் தினக் குதூகலங்கள்.

கையோடு மார்ச் பிறப்பதற்குள் மகளிர் தினம்!

தொடர்ந்து அனுமார் வால் போல நீளுகிறது 'தினங்கள்'.

அன்னையர் தினம், குடும்ப தினம், மனைவியர் தினம், நண்பர்கள் தினம், டாஸ் டே... நடுவே அட்சய திருதியை...

இத்தனை வருடங்களும் பிப்ரவரி 14 வந்து சத்தமின்றிப் போனதே... மார்ச் 8 காலம் காலமாய் வந்து கொண்டுதானே இருக்கிறது... ஏன் சமீப காலங்களாக மட்டும் இத்தனை அமர்க்களங்கள்?

யோசித்துப் பார்த்தால் இவை அனைத்துக்கும் அடி நாதமாக இருக்கும் உந்துசக்தி - வியாபாரம் - சுத்தமான வியாபாரம் மட்டுமே.

பொருளாதார தாராளமயமாக்கலுக்குப் பின், பல வெளிநாட்டுக் கம்பெனிகள் நம் நாட்டில் கடை பரப்பியுள்ளன அவர்களுக்கு, அவர்களது சரக்குகளைப் பற்றி, மக்கள் மனதில் பதிய வைக்க துரத்தித் துரத்தி விளம்பரம் செய்யச் சரியான சந்தர்ப்பங்கள் தேவைப்படுகின்றன. அதற்காக, ஏணி வைத்து ஏற்றப்படுகின்றன இந்த விதவிதமான தினங்கள்.

மகளிர் தினமா - நிமிடத்துக்கு நிமிடம் பவுடர், அழகு சாதனங்கள், சமையல் - சாப்பாட்டு சமாச்சாரங்கள் டீவியில்



தங்களை விளம்பரப்படுத்திக் கொள்கின்றன... பிரபலங்கள் பெண்களைப் போற்றிப் பேசுவது, பொன்மொழிகளாக அடிக்கடி ஒளிபரப்பப்படுகிறது. ஸ்பான்ஸர்கள் உபயத்தால்...

பவுடர்களும், சமையல் எண்ணெய்களும், சானிடரி நேப்கின்களும் தள்ளுபடி விலையில் விற்கப்படுகின்றன. இலவச சாம்பிள்கள் சூப்பர் மார்க்கெட் சிலவற்றில் விநியோகிக்கவும் படுகின்றன.

அதுவே 'வேலன்டைன்ஸ் டே' அன்று இளைஞர்கள் குறிவைக்கப்படுகின்றனர்.

கல்லூரி மாணவ மாணவியரைக் கவர்ந்திழுக்கும்படி, நுகர்வோர் சந்தையின் ஜாம்பவான்கள், தங்கள் விளம்பர யுக்திகளை அமைக்கின்றனர். செல்ஃபோனில் எஸ்எம்.எஸ். அனுப்புவது அன்றைய கட்டாய விதியாகிறது. ரோஜாக்களும், மலர்க்கொத்துகளும் லாரி லாரியாக விற்பனையாகின்றன. டின், டின்னாய் சாக்லேட் வாங்கப்படுகிறது. வாழ்த்து அட்டைகள் பரபரப்பாய் விற்கப்படுகின்றன. பாஸ்ட் ஃபுட் ஜாயிண்ட்கள், சினிமா தியேட்டர்கள், டிஸ்கோக்கள், ஹோட்டல்கள் நிரம்பி வழிகின்றன.

ஆனால், யாருமே அன்று, அந்த நல்ல உள்ளம் கொண்ட காதலர்களுக்காகத் தூது சென்ற செயின்ட் வேலன்டைனைப் பற்றி நினைப்பதாகத் தெரிவதில்லை!

காதலர் தினத்தில் இளைஞர்/ஞிகளைக் கருத்தில் வைத்து, டு வீலர்கள் கூடப் புதிதாய் அறிமுகப்படுத்தப் படுகின்றன.



இந்த விளம்பர யுக்திகள் நம்மை எப்படியெல்லாம் மனோரீதியாகப் பாதிக்கிறது தெரியுமா?

மக்கள் அனைவரையுமே நுகர்வோர் கலாச்சாரம் பேயாய்ப் பிடித்து ஆட்டி வைக்கிறது.

10 - 15 வருடங்களுக்கு முன்பு, வருஷா வருஷம் தீபாவளி, பொங்கல் புதுத் துணி மணி, பர்த்டேயா? குழந்தைகளுக்குப் புதுச் சட்டை, முடிந்தால் பெரியவர்களுக்கு எப்போதாவது சமையலறைச் சாதனங்கள், சோபா, கட்டில் வகையறாக்கள், மாமாங்கத்துக்கொருமுறை (சில வீடுகளில் வெள்ளி விழா, பொன் விழா கூடக் காணும். அப்படியே ஆண்ட்டீக்காகவும் மாறும்) என்று வாங்கிக் கொண்டிருந்தவர்கள், குறிப்பாக மத்திய வர்க்கத்தினரிடையே இது ஒரு மாபெரும் மாற்றத்தை உருவாக்கியுள்ளது.

இரண்டு சம்பளங்கள், இந்த மாற்றத்தை நன்றாகவே ஊக்குவிக்கிறது.

'நியூ இயர் சேலில்' ஒரு பொருளாவது புதிதாக வாங்காவிட்டால், ஏதோ குடியே முழுகி விட்ட உணர்வு பலருக்கு ஏற்படுவதற்குக் காரணம், அதீதமான விளம்பரங்களின் பாதிப்பு. மற்றும் 'அடுத்த வீட்டு அலமேலு' காம்ப்ளெக்ஸ்... அதனால் டிசம்பர் வரும் முன்னே "எதை மாற்றலாம்?" என்று மனசு அலைகிறது.

21'' டீ.வி இருக்கும் இடத்தில் 29'' டீ.வியை கற்பனை செய்து பார்த்தால் மனசு பரபரப்பாகிறது.

0% வட்டி, சுலபத் தவணை, எக்ஸ்சேஞ்ச் ஆஃபர் மனசை அலைபாய வைக்கிறது.

நன்றாகவே ஓடிக் கொண்டிருக்கும் டீ.வியை மூவாயிரத்துக்குக் கொடுத்து விட்டு, 36 மாதங்கள் சில பல நூறுகளைத் தரத் தயாராகிறோம்.

"எலக்ட்ரானிக் பொருட்கள் நாளுக்கு நாள் விலை விழும். பழசுக்கு இந்த விலையே ஜாஸ்தி" என்று,

"எதற்கு வீணாக நல்ல பொருளை அடிமாட்டு விலைக்கு விற்று, புதுசு வாங்கணும்?" என்று முணுமுணுக்கும் கிழட்டு நச்சின் வாயை மூடுகிறார்கள்.

"யாராவது நஷ்டப்பட்டு வியாபாரம் செய்ய முடியுமா?" யாரும் யோசிப்பதில்லை.

"அலமேலுவே வாங்குகிறாள், நாங்க மட்டும் குறைஞ்சா போயிட்டோம்?"

போட்டி ஆட்டி வைக்கிறது.

வியாபாரியின் கல்லா நிறைகிறது.

நியூ இயர் சேல் விட்டுப் போனால்...

இருக்கவே இருக்கிறது கையோடு வரும் பொங்கல் சேல், அடுத்து வரும் ப்ரி பட்ஜெட் சேல், தமிழ்ப் புத்தாண்டு சேல்... என்று கிறிஸ்துமஸ் சேல் வரை 12 மாதங்களிலும் ஏதோ ஒரு சாக்கில் சேல்கள்.

ஆனால், விளம்பரங்கள் 'ஏதோ இதுவே யுகத்தின் கடைசி சேல்' என்ற பிரமையை ஏற்படுத்தி நம்மைப் பரபரக்க வைக்கின்றன... புது வருஷமா?,

"ஹேப்பி நியூ இயர்" ஃபோனிலும், வாழ்த்து மடலிலும், ஈமெயிலிலும் மட்டும் வாழ்த்துக்கள் பரிமாறப்படுவதோடு முடிவதில்லையே...

'நியூ இயர் செலிப்ரேஷனுக்கு எங்கே போகப் போகிறோம்? வினிதா தாஜ்ஜுக்குப் போகிறாள். நான் அட்லீஸ்ட் சரவணாவுக்காவது போகாட்டி எப்படி?"

"நியூ இயருக்கு என்ன புது டிரஸ் வாங்கினே?"

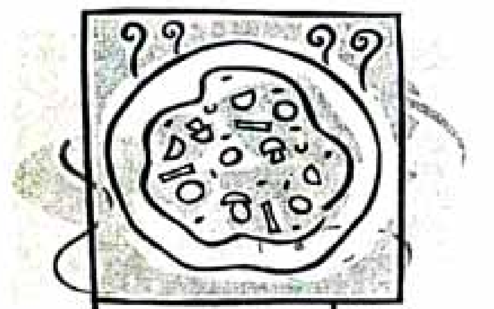
கல்லாக்கள் நிரம்புகிறது; பெற்றோர் பர்ஸ் இளைக்கிறது.

காதலர் தினம் - அன்று ரோஜாவும், வாழ்த்தும் ஒரு பெண்ணிடம் தராத இளைஞன் இளைஞனாகவே பார்க்கப்படுவதில்லை. இவற்றைப் பெறாத பெண் 'எனக்கு என்ன குறையோ?' என்று மருகு



பச்சைப் புதினா, தேங்காய், புளி, உப்பு, மிளகாய் இவைகளை நைசாக அரைத்து தோசையின் மீது தடவி ரோல் செய்து சாப்பிட்டால் சூப்பராக இருக்கும்.

– கீதாஞ்சலி ரகுராமன்.



கிறாள். இவ்வகைக் கொண்டாட்டங்களில் தானும் பங்குபெறுவதற்காகவே ஒரு காதலன்/காதலியைத் தேடும் கட்டாயத்துக்குத் தள்ளப்படுகிறார்கள் இளைஞர்கள்.

இது நகர்ப்புறத்தில், நல்ல பணவசதி உள்ள, நகர நாகரீகத்தில் ஊறியவர்களை மட்டும் பாதிப்பதில்லை...

சென்ற ஆண்டு பிப்ரவரி 13-ஆம் தேதி அன்று... கோவை நகருக்கருகே உள்ள ஒரு சிறிய ஊரில், பஸ் ஸ்டாண்டு அருகே எக்ஸ்போர்ட் கார்மெண்ட் கம்பெனி உதிர்த்து விட்டுச் சென்ற சில இளம்பெண்கள் வீட்டுக்குச் செல்லும் முன் -

''அட்வான்ஸ்டு ஹேப்பி வேலண்ட்டைன்ஸ் டே'' என்று வாழ்த்துப் பரிமாறிக் கொண்டு பிரிந்தனர்!

அவர்கள் கண்களில் கனாக்கள் நிரம்பியிருந்தன.

அவர்களுக்கு புனித வேலண்டைன்னைப் பற்றித் தெரிந்திருக்க சாத்தியம் அதிகம் இல்லை.

அவர்களின் உடைகள், பேச்சுக்கள் அவர்கள் பொருளாதாரத்தின் கீழ்ப்படிகளிலிருந்து வருபவர்கள் - படிப்பு அதிகமில்லாதவர்கள் என்பதைப் பறைசாற்றியது. அவர்கள் டீனேஜ்ஜைத் தாண்டாதவர்கள் என்பதுதான் என்னை ஏனோ கவலை கொள்ளச் செய்தது.

மனைவியர் தினத்துக்கு அடுத்த நாள் என் தோழியைச் சந்தித்தபோது, அவள் ஒரே 'மூட்அவுட்'டில் இருந்தாள்.

"என்ன பிரயோசனம் இவரைக் கட்டிக்கிட்டு... அட்லீஸ்ட் மனைவியர் தினத்தன்றாவது ஒரு சர்ப்ரைஸ் கிஃப்ட் உண்டா, கூடிதார் உண்டா, அன்னிக்காவது ஒரு ஸ்பெஷல் டின்னருக்குக் கூட்டிட்டுப் போவோம்னு மனுஷனுக்குத் தோணாதே!" - என்று புலம்பினாள்.

அவளுக்குத் திருமணமாகி 24 வருடங்கள் ஆகின்றன!

"எத்தனை வருடங்களாக உனக்கு இந்த எதிர்பார்ப்பு இருக்கு?" என்று கேட்டதற்கு...

''அந்தக் காலத்துலயெல்லாம் என்ன தெரியும்? மக்கு மண்ணாந்தை மாதிரி இருந்தோம். இப்பல்லாம் தானே கரெக்ட்டாக 'ஒய்ப்ஸ் டே' பத்தி டீவிக்காரங்க விடாம சொல்றாங்களே. இப்பத்தான் நாம் எத்தனையெல்லாம் மிஸ் பண்ணறோம்னு புரிஞ்சுது. எல்லாத்துக்கும் கொடுப்பினை வேணும். நேத்து இது பத்தி ஜாடையாச் சொன்னா ஒரே சண்டை... 'உனக்கு ஹஸ்பண்ட்ஸ்டே என்னிக்குன்னு தெரியுமா?'ன்னு கேக்கறார் துர்வாசர்'' என்றாள்.

"சரிதானே... உனக்கு ஹஸ்பண்ட்ஸ்டே என்னிக்கு வருதுன்னு தெரியுமா?'' என்று கேட்டேன்.

''அதென்னிக்கு வருதோ தெரியலை. டீவில அட்வர்டைஸ்மென்ட் வந்தால் தெரியும். ஒருவேளை அப்படி எதுவுமில்லையோ?'' யோசிக்க ஆரம்பித்தாள்.

இப்போது புரிகிறதா...

ஒய்ஃப்ஸ் டே தான் பிரபலம். காரணம் மனைவிகளே இவர்கள் விளம்பரப்படுத்தும் பொருட்களின் இலக்கு!

இதே ரேட்டில் போனால், நாத்தனார் டே, ஓர்ப்படி டே, ஒன்றுவிட்ட சித்தி டே என்று பல 'டே'க்கள் முளைக்கலாம். அதற்கெல்லாம் டீ.வியில் விளம்பரதாரர்கள் உபயத்தில் 'சின்னத்திரையில் முதன் முதலாக, புத்தம் புதிய' ஓடாத அடாசுப் படங்கள் காட்டப்படலாம். பிரபலங்கள் வீட்டில் புல் தரையில் உட்கார்ந்து தங்கள் மெசேஜ்களை நமக்குத் தரலாம். தொகுப்பாளினிகள் தங்கள் 'டமிலில்' அந்த 'டே'யின் பெருமையைக் கொஞ்சிக் கொஞ்சிப் பேசலாம். நாம் அன்றும் புதுக புதுசாய் ஷாப்பிங் போகலாம்!

அட்சய திருதியை அன்று அடித்துப் பிடித்து நகை வாங்கப் போவது போல, ஆடி அமாவாசையன்றும் புடவை வாங்கச் செல்லலாம்.

சித்ரா பௌர்ணமியன்று வீட்டு உபயோகப் பொருட்களும், லிப்ஸ்டிக், நெயில் பாலீஷ் முதலியனவும் வாங்கச் செல்லலாம்!

தீபாவளி, கார்த்திகைக்கு வெடிக்கப்படும் பட்டாசு, நவராத்திரி, பொங்கல், தமிழ்ப் புத்தாண்டு, கிருஷ்ண ஜயந்தி, ராமநவமி ஆகிய நாட்களிலும் வெடிக்கப்படலாம். அதற்குப் பட்டாசு விளம்பரதாரர்கள் மனசு வைக்க வேண்டும்!

அது சரி,

ஆசிரியர் தினத்தன்று பள்ளிகள், கல்லூரிகளில் நடைபெறும் சொற்ப நிகழ்ச்சிகளைத் தவிர, ஏன் அந்த தினம் மட்டும் பெரிதாகக் கொண்டாடப்படுவதில்லை?

யோசியுங்களேன்...

— உஷா ஸ்ரீகுமார்

துண்டுச் சீட்டு தந்த 'புதிய பாதை!'

வாழ்க்கையில் ஏற்பட்ட துக்கங்களை தவிடுபொடியாக்கி, தன்னம்பிக்கையோடு இன்னும் செயல்பட்டு வரும் நட்சத்திர இயக்குநர் ஆர். பார்த்திபன் கூறுகிறார் :

“நான் நினைவுகூர்வது 1985-86 வருடங்கள். சினிமாவில் நடிக்க வேண்டும் என்கிற தணியாத தாபம் என்னை வறுத்து எடுத்துக் கொண்டிருந்த நேரம். சினிமா வாய்ப்புக்களை எதிர்பார்த்து எதிர்பார்த்து ஏமாந்த தருணங்கள். இயக்குநர் சிகரம் திரு. பாலசந்தர் அவர்களை ஒருமுறை பார்க்க சான்ஸ் கிடைத்தால் போதும், அவருக்கு நடித்துக் காண்பிக்க வேண்டும் என்று, அந்த இனிய நிமிடங்களுக்காகக் காத்திருந்து ஏமாந்ததுதான் நான்



கண்ட பலன். வெறுப்பின் உச்சகட்டத்திலிருந்தேன்.

சிலர் 'பல்லாவரத்தில் ஒரு கோயில் இருக்கிறது. அங்கு சென்று வந்தால் நல்லது நடக்கும்' என்று கூறினார்கள். நான் பல்லாவரம் கோயிலுக்குச் செல்வதற்கு எலக்ட்ரிக் ட்ரெயினில் ஏறி உட்கார்ந்தேன். நான் உட்கார்ந்திருந்த பெட்டியில் கும்பலே இல்லை. அதில் ஏறாமல் வண்டியில் மற்ற பெட்டிகளில் ஏறுவதைப் பார்க்கும் பொழுது எனக்கு, 'ஏன் இந்தப் பெட்டி இவ்வளவு காலியாக இருக்கும்பொழுது இதை எல்லோரும் தவிர்க்கிறார்கள்' என்று எண்ணியபடி பயணித்தேன்.

டிக்கெட் பரிசோதகர் வந்தார். டிக்கெட்டைப் பார்த்தார், அடுத்த ஸ்டேஷன் பரங்கிமலையில் என்னை இறக்கி, தானும் இறங்கினார். நான் வாங்கியது இரண்டாம் வகுப்பு டிக்கெட். பயணம் செய்ததோ முதல் வகுப்புப் பெட்டியாம்!

> ''வாழ்ந்து என்ன பிரயோஜனம் செத்துத் தொலையலாமே!' செத்து என்ன பிரயோஜனம் வாழ்ந்தே தொலையலாமே!''

அப்புறம் என்ன? காலை முதல் மாலை வரை ஸ்டேஷனிலேயே உட்கார வைத்து விட்டார்கள். என்னிடம்தான் பணம் கிடையாதே! எங்கிருந்து நான் அபராதத் தொகையைக் கட்ட முடியும்? (இதில் என்ன வேடிக்கை என்றால் எங்கு போனாலும் பஸ்ஸில் மட்டுமே போய்ப் பழக்கப்பட்ட எனக்கு எலக்ட்ரிக் ட்ரெயின் வேறு புது அனுபவம்!) விதியை நொந்து கொண்டேன்.

ஒரு கோயிலுக்குப் போய் தெய்வத்தை தரிசனம் செய்யக் கூடவா என் அதிர்ஷ்டம் எனக்கு சதி செய்ய வேண்டும் என்கிற மனக்குமைச்சலோடு காலாற பீச்சுக்குப் போனேன். பீச் மணலில் நடக்கும் பொழுது பயம் சார்ந்த தற்கொலை எண்ணம். நினைத்த எண்ணத்தை ஒரு சிறு விஷயத்தில் கூட நிறைவேற்ற இயலாமல் வாழ்வதில் அர்த்தமில்லை என்கிற முடிவோடு, பீச் மணலை காலால் அளைந்தபடி நடந்தேன்.

எங்கிருந்தோ பறந்து வந்த ஒரு காகிதத் துண்டு என் கால் மேல் வந்து விழுந்தது. அதில் ஒரு வாசகம் :

"வாழ்ந்து என்ன பிரயோஜனம் செத்துத் தொலையலாமே!
செத்து என்ன பிரயோஜனம் வாழ்ந்தே தொலையலாமே!"

படித்தேன். எவ்வளவு அழகான வார்த்தைகள். "தொலையலாமே" என்கிற சொல் எத்தனை அர்த்தங்களை தெளியப்படுத்தியது தெரியுமா? ஆம்! 'நாம் செத்து என்ன சாதிக்கப் போகிறோம். அதனால் என் எண்ணம் நிறைவேறி விட்டதா? இல்லை. வாழ்க்கையில் எதிர்நீச்சல் போட்டு முன்னேறிக் காண்பிக்க வேண்டும்' என்கிற முடிவோடு வீடு திரும்பினேன்.

'நடிக்க வேண்டும்' என்கிற எண்ணத்தைத் தாற்காலிகமாகக் கைவிட்டு சினிமாத்துறையில் எப்படியாவது ஜெயிக்க வேண்டும் என்று தீர்மானித்துக் கொண்டேன். அசிஸ்டெண்ட் டைரக்டராகச்



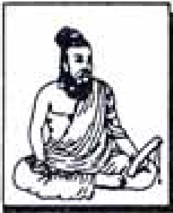
"என் தோல்விகளே என் வெற்றிக்கு ஏணிப்படிகளாக அமைந்தன"

சேர்ந்தேன். 'தாவணிக் கனவுகள்' என்கிற படத்தில் நான் நடித்ததைப் பார்த்து, நீ ஏன் நடிக்கக் கூடாது?' என்று எனக்கு ஊக்கம் கொடுக்க நான் நடிகனானேன். என் கனவு நனவானது. 1989ல் வெளியான 'புதிய பாதை' எனக்கு, வெற்றிப் பாதையை அமைத்துக் கொடுத்தது. நான் பிறகு டைரக்டரானதெல்லாம் வேறு கதை. அது ஒருபுறம் இருக்கட்டும்.

என் தோல்விகளே என் வெற்றிக்கு ஏணிப்படிகளாக அமைந்ததுதான் உண்மை. ஆனால் 'இன்னும் ஜெயிக்கணும்' என்கிற உத்வேகத்தோடுதான் இன்றும் செயல்பட்டு வருகிறேன்."

— மாலதி சந்திரசேகரன்

வெற்றிக்கு வழி



ஒரு மனிதனின் வெற்றிக்கும், தோல்விக்கும் மூல காரணமாக இருப்பது அவனது பெயரும், கையெழுத்துமே ஆகும்.

ஒருவருடைய பெயரையும், கையெழுத்தையும் அதிர்ஷ்டகரமானதாக்கி தொழில் வசியம் செய்துகொண்டால் வெற்றிமேல் வெற்றிகள் கிட்டும். பணம், பதவி, புகழ் யாவும் கிட்டும். நீங்களும் கோடீஸ்வரர் ஆகலாம் என்று நிரூபித்துக் காட்டியுள்ளார் கோவை மாவட்டம், கணுவக்கரை-யில் வசிக்கும் ஜோதிட விஞ்ஞானி கே. ஆர். பிரபாகர்ராஜ் அவர்கள்.

அதிர்ஷ்டப் பெயர் என்பது ஏற்கனவே உள்ள பெயரில் மிகச் சிறிய திருத்தம் (குறியீடு) செய்வதே ஆகும். பெயரை முழுவதுமாக மாற்றத் தேவையில்லை. கையெழுத்திலும் அப்படித்தான். அதிர்ஷ்டப் பெயரால் மனித வாழ்வில் உண்டாகும் அனைத்துப் பிரச்சனைகளுக்கும் மிக நல்ல முறையில் தீர்வு காண முடியும்.

ஒரு மனிதனுக்கு விடாமுயற்சி, அயராத உழைப்பு, தர்ம குணம், தன்னம்பிக்கை போன்ற நற்குணங்கள் இருந்தும் அவர் வாழ்வில், தொழிலில், உத்தியோகத்தில் வெற்றி பெற முடியவில்லை எனில் அவருக்கு பெயரில் அதிர்ஷ்டம் (ராசி) இல்லை என்பதுதான் உண்மை.

தொழில் நிறுவனங்களுக்கு அதிர்ஷ்டப் பெயர் வைத்தால் தொழில் அமோக வெற்றிபெறும்.

அதிர்ஷ்டப்பெயர், அதிர்ஷ்டக் கையெழுத்து, தொழில் வசியம் செய்து கொண்டால் அன்பான, அழகான மனைவி (நல்ல கணவர்) அறிவுள்ள குழந்தைகள், வசதிமிக்க வீடு, வளமான தொழில், உயர்வான உத்தியோகம், சுகமான வாழ்க்கை, ஆரோக்கியமான உடல், பணம், பதவி, புகழ் பெற்று அனைத்து அதிர்ஷ்டங்களையும் பெற்று வளமுடன் வாழலாம்.

அதிர்ஷ்டப் பெயர் எந்த வயதிலும் மாற்றி அமைத்து வெற்றி பெறலாம். இதற்கு வயது ஒரு தடை அல்ல.

அதிர்ஷ்டம் இல்லாதவர்கள் அதிர்ஷ்டத்தைப் பெறவும், ஏற்கனவே அதிர்ஷ்டத்துடன் இருப்பவர்கள் மேலும் கூடுதல் அதிர்ஷ்டத்தைப் பெறவும் இக்கலை துணை புரியும்.

தொழில் முடக்கம், வியாபார மந்தம், உத்தியோகத்தில் இடையூறு, கணவன் - மனைவிக்கிடையே ஒற்றுமை இல்லாமை, செக்ஸ் கோளாறு, மனபயம், குடிப்பழக்கத்திற்கு அடிமை, நோய், செய்வினை, மாந்திரீக பாதிப்பு, திருமணத்தடை, குழந்தை பாக்கியம் இல்லாமை, முன்னேற்றத்தடை, புகழ் இல்லாமை போன்ற எண்ணற்ற வாழ்க்கைப்பிரச்சனைகளுக்கும் அதிர்ஷ்டப் பெயரால் நிரந்தரத் தீர்வு காண முடியும்.

அதிர்ஷ்டப் பெயர் நியூமராலஜிப்படி அமைத்துக் கொண்டால் இவ்வுலகில் பெற வேண்டிய அனைத்துச் செல்வச் சுகங்களையும் பெற்று இன்புற்று வாழலாம்.

தங்களுக்குத் தாங்களே பெயர் மாற்றிக் குழம்பி வாழ்வில் பெருந்துன்பம் அடைந்தவர்கள் ஏராளம்.

பெயர் வசியம், தொழில் வசியம் (தொழில் கவர்ச்சி) மனித வசியம் எனும் மனக் கவர்ச்சி இருக்கும்படி பெயர் சூட்டினால் பிரபல அதிர்ஷ்டங்களைப் பெறலாம்.

எண்கணித சாஸ்திரம் என்பது ஒரு விஞ்ஞானம் ஆகும். உடல் காந்த சக்திக்கு ஏற்ப கையெழுத்தை அமைத்தால் அபரிமிதமான அதிர்ஷ்டங்களை அள்ளித் தரும்.

அதிர்ஷ்டப் பெயரால் அரசியலில் சாதனை, சினிமாவில் புகழ், விளையாட்டில் வெற்றி, தொழில் மேன்மை, உத்தியோகத்தில் சிறப்பு, குடும்பத்தில் சந்தோஷம் உண்டாகும்.

அதிர்ஷ்டப் பெயர் அமைக்க 1. கைரேகை ஆய்வு. 2. கிரக நிலை ஆய்வு. 3. முகக் கூறு. 4. உடல் கூறு. 5. காந்த சக்தி ஆய்வு செய்து தான் பெயர் அமைக்க வேண்டும்.

அந்தக் காலத்து இராஜராஜ சோழன், உத்தம பாண்டியன், புத்தர், அசோகர், நெப்போலியன், பாரதியார், பாரதிதாசன், கண்ணதாசன், இந்திரா காந்தி, வீரமா முனிவர், மில்டன், செல்வேல்சேரன், சிவாஜி, எம் ஜி ஆர். போன்றோரும் மேலும் பலரும்அதிர்ஷ்டப் பெயர் மாற்றத்திற்குப் பின் பிரபலமானவர்களே ஆவர்.

அதிர்ஷ்டப் பெயர் சாதாரண மனிதனையும் பெரிய சாதனையாளனாக ஆக்கக் கூடியது.

பெயர் மாற்றத்தால் பெரும் செல்வந்தர் ஆகலாம். கையெழுத்தால் தலையெழுத்தை வெல்லலாம்.

பெயரையும், கையெழுத்தையும் வளமான- தாக்கிக் கொண்டால் என்றென்றும் வெற்றிகள்தான், இதை இவர் விஞ்ஞான ரீதியில் நிரூபித்துக் காட்டி வெற்றியும் பெற்றுள்ளார்.

இவரிடம் அதிர்ஷ்டப் பெயர்,அதிர்ஷ்டக் கையெழுத்து அமைத்துக் கொண்டவர்கள் அனைவரும் சிறப்புடன் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறார்கள்.

இக்கலை இனம், மொழி, மதம் சார்பற்றது. அனைவருக்கும் அதிர்ஷ்டத்தை அள்ளித்தரும்.

ஆண்-பெண் எந்த தேதியில் பிறந்தவராக இருந்தாலும் அவர்கள் திருமணம் செய்த நாளின் கூட்டு எண் (திருமணத் தேதி, மாதம், வருடம் மூன்றையும் கூட்டி வரும் எண்) 2, 4, 5,7, 8 வரும் நாளில் கண்டிப்பாக திருமணம் செய்யக்கூடாது. அப்படிச் செய்தால் சோதனைகளும், போராட்டங்களும் நடக்கும். இதிலிருந்து விடுபட **''மறுமாங்கல்ய பூஜை''** -அதிர்ஷ்ட நாளில் செய்து கொண்டால் குடும்ப வாழ்க்கை சந்தோசமுடனும், வெற்றியுடனும் இருக்கும்.

இவர் எழுதிய (உலகின் No. 1 நியூமராலஜி நூல்) **''அதிர்ஷ்ட பெயர் எண் சாஸ்திரம்''**- (தமிழ், ஆங்கிலம், தெலுங்கு ஆகிய மொழிகளில் கிடைக்கும்) என்னும் புத்தகத்தை வாங்கிப் படியுங்கள். எல்லா ஊர் புத்தகக் கடைகளிலும் கிடைக்கும். தபால் மூலம் பெற ரூ.300/- M.O. செய்யுங்கள். வெளிநாட்டினர் ரூ. 1,000/- அனுப்புங்கள்



உங்கள் வெற்றிக்கு வழிகாட்டும்

ஜோதிட மாமேதை கே. ஆர். பிரபாகர்ராஜ்

நியூமராலஜி - நேமாலஜி - சைன் - தொழில் வசியம்



அதிர்ஷ்ட விஞ்ஞான ஜோதிடர்

கே.ஆர். பிரபாகர் ராஜ் M.A.,

நல்லாந் தோட்டம், கணுவக்கரை (P.O) 638 459.
பு. புளியம்பட்டி (Via), கோவை (Dt.)
TAMIL NADU - INDIA. Ph : (04254) 287258. Cell:94430 56366

வார விடுமுறை : புதன், வியாழன்

அதிர்ஷ்ட பெயர் எண் சாஸ்திரம்

இலை

கண்களுக்குக் குளுமையான பசுமை வர்ணத்தை இந்த பூமிக்கு வாரி வழங்கும் இலைகள், புல்வெளிகள், வயல்வெளிகள் ஆகியவை எந்தவொரு சாதாரண ஓவியனும் வரைய முடியாத அற்புத அழகைத் தன்னுள்ளே தேக்கி வைத்துக் கொண்டுள்ள அதிசயங்கள்.

இலைகளில் தான் எத்தனை விதப் பச்சை நிறங்கள்...

தளிர்ப் பருவத்திலிருந்து பழுத்து உதிரும் முதுமைப் பருவம் வரை, அவைகளின் நிறங்கள் எப்படியெல்லாம் மாறி வர்ண ஜாலங்கள் புரிகின்றன...

இலைகளில் தான் எத்தனையெத்தனை வடிவங்கள்! உளுத்தம் பருப்பு சைஸிலிருந்து ஆளே சௌகரியமாகப் படுக்கக் கூடிய அளவு வரை, எத்தனை விதமான இலைகள்...

பூக்களே இல்லாத சமயங்களில், பலவித நிறங்களில் செழித்து வளரும் க்ரோட்டன்ஸ் இலைகளே பூ ஜாடிகளில் அலங்காரமாக அடுக்கப்பட்டு, வித்தியாசமான 'அரேன்ஜ்மென்ட்' என்ற பாராட்டைப் பலருக்குப் பெற்றுத் தந்துள்ளன.

அந்தக் கிருஷ்ணருக்கே படுக்கையான ஆலிலையின் அழகிய வடிவம் ஓவியர்களைக் கவர்வதில் ஆச்சரியமேதுமில்லை...

ஆலிலை ஓவியங்கள் வரையும் முன் ஆலிலையைப் பதப்படுத்தி, நரம்புக் கூடாக்கி அதன் மீது வரைய வேண்டும்.

ஆலிலை ஓவியங்கள் செய்யத் தேவையான பொருட்கள்:

1. நல்ல வடிவமுள்ள ஆலிலைகள் (ஓரளவு முற்றியவை)





ஓவியங்கள்



2. ஃபேப்ரிக் பெயிண்ட்கள்
3. பிரஷ்கள்.

செய்முறை:

1. இலைகளை 10 - 15 நாட்கள் வரை தண்ணீரில் ஊறப் போடவும். (ஓவர் ஹெட் டாங்க் அருமையான இடம்!)

2. இப்போது இலைகளைத் தண்ணீரி லிருந்து வெளியே எடுத்து நன்கு அலசினால், அதிலுள்ள பச்சை நிறப் பகுதி அழுகிக் கரைந்து போய் விடும்.

3. சல்லடை போல நரம்புகள் மட்டுமே இலை வடிவில் மிச்சமிருக்கும்.

4. இவற்றை முதலில் செய்தித் தாள்களுக்கு நடுவே வைத்து ஓரிரு மணி நேரங்கள் அழுத்தினால், ஈரம் போய் நன்கு ப்ரெஸ்ஸாகி இருக்கும்.

5. இதை உலர வைத்தபின், இதன் மீது ஃபேப்ரிக் பெயிண்ட்டால் ஓவியங்கள் தீட்டவும்.

6. காய்ந்தபின் இலை ஓவியத்தை கறுப்பு அல்லது வெள்ளை அட்டை மீது ஒட்டி க்ரீட்டிங் கார்டுகளாக வடிவமைக்கவும்.

10 பைசா செலவு

உஷா ஸ்ரீகுமார்





அழகிய கண்ணாடி பொம்மை!

தேவையான பொருட்கள் :

சாதா கண்ணாடி,
முகம் பார்க்கும் கண்ணாடி (ஒருபுறம் ரஸம் பூசப்பட்ட கண்ணாடி)
அட்டை,
கலர் கிஃப்ட் பேப்பர்,
ஃபெவிக்கால்,
உள்ளே வைத்து அலங்கரிக்க நம் விருப்பத்திற்கேற்ற பொம்மை - 1,
பூங்கொத்து - 2,
பொன்னிற மணிகள் - 2,
சீரியல் கலர் பல்ப் செட் - 1,
செலோ டேப்
எலக்ட்ரிக் ஒயர்களை இணைக்க சுற்றும் டேப்,
சார்ட் பேப்பர் - 1.

செய்முறை :

முதலில் அட்டை ஒன்றை படம் A-ல் உள்ளது போல் நீளம் 21 செ.மீ., விட்டம் 10 செ.மீ. என்ற அளவில் அரை வட்ட வடிவத்தில் கட் பண்ணவும். இதே சைஸில் கண்ணாடி ஒன்றையும் கட் பண்ணவும்.



படம் A



செய்ய வேண்டாம்! பொறுமையும், சிறிது திறமையுமே மூலதனமாகப் போட்டுச் செய்யப்படும் இந்த வகை ஆலிலை ஓவியங்களை 10 ரூபாய் வரை விற்கலாம்.

• ஓவியம் தீட்டும் திறமை இல்லையே என்று வருந்துபவர்கள் இவற்றின் மீது ஒரே நிறத்தைப் பூசவும்.

பிறகு அவற்றின் மீது சிறிய ஓலைகளை வெட்டி ஒட்டி சிறு வடிவங்களை உருவாக்கலாம்.

• ஆலிலைகள் மட்டுமின்றி கெட்டியான வகை க்ரோட்டன்ஸ் இலைகள், ரப்பர் ப்ளான்ட் இலைகள் கூட இவ்வகை ஓவியங் களுக்கேற்றவை.

"என்னால் இத்தனை சிரமமெல்லாம் பட முடியாது. இன்னும் சுலபமாக, சட்டென்று செய்யக்கூடிய வேலை ஏதாவது இருக் கிறதா?" என்று கேட்கும் ரகமா நீங்கள்?

உங்களுக்கேற்ற இன்ஸ்டன்ட் வேலை ஒன்று இருக்கிறது.

அதுதான் லீஃப் ப்ரிண்டிங் (Leaf printing).

• உங்கள் வீட்டுத் தோட்டத்தை ஒரு ரவுண்ட் அடித்தபடியே கையில் அகப்படும் வித்தியாசமான சைஸ்களிலுள்ள இலை களைப் பறித்துக் கொண்டு வாருங்கள்...

• உங்கள் செல்லக்குட்டியின் சட்டை அல்லது டீ – ஷர்ட்டை எடுங்கள். (முதல் முயற்சியின்போது பழைய சட்டையை உபயோகிக்கவும். ப்ளெயினாக இருந்தால் நல்லது.)

• சட்டையை சமதளத்தில் பரப்பவும்.

• ப்ரிண்ட் செய்ய வேண்டிய பகுதிக்குக் கீழே கெட்டி அட்டை அல்லது நியூஸ் பேப்பர் வைக்கவும். (இல்லாவிட்டால் அதிகப்படி பெயிண்ட் சட்டையின் முதுகுப் பகுதியிலும் இறங்கி விடும்.)

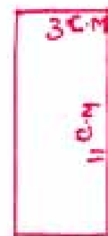
• உங்களுக்குப் பிடித்தமான கலர்களில் ஃபேப்ரிக் பெயிண்ட்டுகளையும் பிரஷ்ஷை யும் எடுக்கவும்.

• இலையின் அடிப்பகுதியில் (நரம்பு புடைத்திருக்கும் பகுதி) முழுவதுமாக பெயிண்ட்டை ஒரே நிதானத்தில் பூசவும். ஒரே இலையில் 2 அல்லது 3 கலர்களைக் கூடப் பூசலாம்.

• துணியில் பெயிண்ட் பூசிய இலைப்

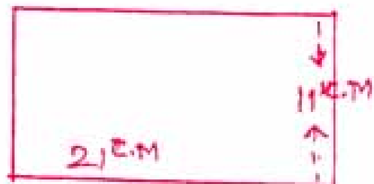
கண்ணாடியை நாம் கண்ணாடி பிரேம் போடும் கடையில் கொடுத்தால், அளவுப்படி கட் பண்ணித் தருவார்கள்.

அதைப் போலவே முகம் பார்க்கும் கண்ணாடியையும் 'படம் B-ல்' உள்ளது போல், அகலம் 3 செ.மீ., நீளம் 11 செ.மீ., என்ற அளவில், கடை யில் கொடுத்து 10 துண்டுகள் கட் பண்ணவும். மேலும் சாதா கண்ணாடியை 'படம் C-ல்' உள்ளது போல் அகலம் 11 செ.மீ., நீளம் 21 செ.மீ. என்ற அளவில் நீள் செவ்வக வடிவில் கட் பண்ணிக் கொள்ளவும்.



படம் B

அரை வட்ட வடிவக் கண்ணாடி - 1,
நீள் சதுரக் கண்ணாடி - 1,
முகம் பார்க்கும் கண்ணாடித் துண்டுகள் - 10



படம் C

ஆக இவற்றைக் கடையில் கொடுத்து கட் பண்ணவும். (அ) கண்ணாடி கட் பண்ணுவதற் கென தனியாக ஒரு கத்தி விற்கிறார்கள், அதை வாங்கிக் கொண்டு நாம் வீட்டிலேயே கூட கட் பண்ணிக் கொள்ளலாம்.



படம் D



படம் E

பிறகு அரை வட்ட வடிவில் கட் பண்ணிய அட்டை மீது, கலர் கிஃப்ட் பேப்பர் கொண்டு, அட்டை தெரியாமல் நன்றாக ஒட்டி விடவும். பின் சார்ட் பேப்பரை படம் 'D'-ல் உள்ளது போல் 33 செ.மீ நீளமும், அகலம் 11 செ.மீ., என்ற அளவில் நீள் செவ்வக வடிவில் கட் பண்ணிக் கொள்ளவும். சார்ட் பேப்பரில 'படம் E-ல்' உள்ளது போல் முகம் பார்க்கும் கண் ணாடித் துண்டுகளை ஒட்டவும். ஒவ்வொரு கண்ணாடித் துண்டிற்கு இடையிலும் 2 மில்லி மீட்டர் இடைவெளி இருக்கும்படி பார்த்து,

பகுதியை வைத்து உங்கள் உள்ளங்கையால் இலையின் மேல் பகுதியை சீராக, இலையை அசக்காமல் அழுத்தவும்.

• இப்போது, இலையை எடுத்தால் அச்சு அசலாக இலையின் வடிவம் துணி மீது படிந்திருக்கும்.

• விதவிதமான இலைகளால் இப்படியே சட்டையில் தேவையான விதத்தில் ப்ரிண்ட் செய்யவும்.

• ஒரு நாள் காய்ந்த பின் டிசைனின் பின்புறத்திலிருந்து அயர்ன் செய்யவும்.

• இப்போது உங்கள் சல்வார், புடவை என்று இஷ்டத்துக்கு லீஃப் ப்ரிண்ட் செய்து ஜமாயுங்கள்!

"நானும் அம்மாவோட புடவைக்கு இலை ப்ரிண்ட் செய்வேன்" என்று உங்கள் செல்ல எல்.கே.ஜி. இரட்டை வால் கலாட்டா செய்ய ஆரம்பித்து விட்டாளா?

அவளை சரிக்கட்ட இலைகள் மீது ஸ்ப்ரே பெயின்ட் செய்யச் சொல்லிக் கொடுங்கள்.

• வெள்ளைக் காகிதத்தின் மீது விதவிதமான வடிவங்களில் இலைகளை அடுக்குங்கள்.

• ஒரு பழைய டூத் பிரஷ்ஷை வாட்டர் கலர் கரைசலில் லேசாக முக்கி, பேப்பரின் மீது. கட்டை விரலால், கலர் தோய்த்த டூத் பிரஷ் (BRISTLES)ஐ லேசாகத் தேய்க்கவும்.

• இப்போது வாட்டர் கலர் கரைசல் சிறு புள்ளிகளாகவே பேப்பர் முழுவதும் ஸ்ப்ரே ஆகும்.

• இப்படியே 2 -3 நிறங்களால் ஸ்ப்ரே பெயின்ட் செய்தபின் சிறிது நேரம் காய விட்டு பின் இலைகளை அகற்ற அழகான ஸ்ப்ரே பெயின்டிங் தயார்!

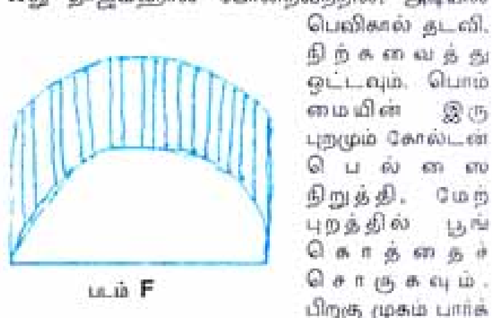
இவைகள் உங்கள் குட்டிப் பெண்ணின் கதைப் புஸ்தகத்துக்கு அட்டையாக்கலாம். அவள் தோழி ஜில்லுவின் பர்த்டே கிஃப்ட்டுக்கு கிஃப்ட் ராப்பர் ஆக்கலாம்.

• துணியிலுள்ள கஞ்சியை நீக்கிக் காயவிட்டு அயர்ன் செய்தபின், துணி மீது ஃபேப்ரிக் பெயின்ட்டால் லீஃப் ப்ரிண்ட் செய்யவும்.

• இதே லீஃப் ப்ரிண்ட்டிங் முறையில் பானைகள் மீதும் ஓவியம் தீட்டலாம். அழகாக இருக்கும்.

பத்துத் துண்டுகளையும் ஒன்றின் பின் ஒன்றாக ஒட்டவும். பெவிக்கால் பூசி ஒட்டவும். 10 நிமிடம் பொறுத்து சார்ட் கண்ணாடிப் பேப்பரின் ஒரு பக்க முனைகளை (அகல வாக்கில்) எடுத்து அட்டையில் அரை வட்ட வடிவத் துண்டின் மீது (செங்குத்தாக) நிற்க வைத்து பெவிக்கால் கொண்டு ஒட்டவும்.

தற்பொழுது 'படம் F-ல்' உள்ளது போல் அமையும். பின், அட்டையின் நடுவில், நம் விருப்பத்திற்கேற்ப சாமி பொம்மைகள் அல்லது தாஜ்மஹால் போன்றவற்றில், அடியில் பெவிகால் தடவி, நிற்க வைத்து ஒட்டவும். பொம்மையின் இரு புறமும் கோல்டன் பெல்லை ஸ நிறுத்தி, மேற்புறத்தில் பூங்கொத்தைச் சொருகவும். பிறகு முகம் பார்க்கும் கண்ணாடித் துண்டுகளின் மேற் புறமும், பக்கவாட்டிலும் என சீரியல் கலர் செட் பல்புகள் வைத்து, செலோ டேப் கொண்டு ஒட்டவும்.



படம் F

இறுதியாக நீள் செவ்வக கண்ணாடித் துண்டை முன்புறமாக, ஃபோட்டோவில் (ஃபோட்டோ ஃப்ரேம்) உள்ளது போல் ஒட்டவும். பிறகு, அரை வட்ட வடிவக் கண்ணாடித் துண்டை, மேற்புறமாக ஒட்டவும். இந்த நிலையில் எலக்ட்ரிக் ஒயர்களை இணைக்கும். டேப் கொண்டு கண்ணாடிகள் ஒன்றோடு ஒன்று சேரும் இடங்கள் தெரியாமல் இருக்க (ஃபோட்டோவில் உள்ளது போல்) இணைப்புகளைச் சுற்றிலும் ஒட்டி விடவும். சீரியல் கலர் செட் பல்புடன், டு பின் பிளக் ஒயரும் வரும். அதைக் கண்ணாடி பொம்மையின் வெளிப்புறம் (பின்புறம்) பிளக் ஒயர் வரும்படி பார்த்து நாம் செய்ய வேண்டும். இப்பொழுது கரண்ட் இணைப்புத் தந்தால், வண்ண வண்ண நிறங்களில், நாம் செய்த கண்ணாடி பொம்மை நம்மைப் பார்த்து கண் சிமிட்டும்.

அன்புச் சகோதரிகளே, இந்த வகை பொம்மைகள், கடைகளில் 100 ரூபாய் வரை விற்கப்படுகிறது. நாம் செய்தால் 35லிருந்து 40 ரூபாய் வரைதான் செலவாகும். நவராத்திரி சமயம் கொலுப்படிகளை அலங்கரிக்கவும், நம் வரவேற்பு அறை, விருந்தினர்கள் அறை ஆகியவற்றை அலங்கரிக்கவும், மிகவும் அழகான பொம்மை. நாமே செய்த மனத்திருப்தியும் ஏற்படும்.

தேவையற்ற பழைய ஃபோட்டோவிலிருந்தும் கண்ணாடிகளை எடுத்து நன்கு அலம்பி, பயன்படுத்தலாம்.

— கீதா ராணி கோபாலகிருஷ்ணன்



அம்மா என்ன அட்சயப் பாத்திரமா?

அன்றைக்கு ஒருநாள் இரயில் பயணத்தில் பார்த்த மூன்று வயதுச் சிறுமி ரொம்பவுமே நினைவில் நிற்கிறாள். அவள் சுட்டிப் பேச்சுக்காக மட்டுமல்ல, அவளுடைய அம்மாவிடம் எந்நேரமும் எதையாவது 'டிமாண்ட்' பண்ணிக் கொண்டிருந்த காரணத்தாலும்தான்!

போகிற வருகிற தின்பண்டங்களைக் கேட்பதிலிருந்து, அம்மாவை நச்சரித்து, அவளது கைப் பையைக் குடைந்து, அதிலிருந்து பர்ஸை எடுத்து விளையாடுவது வரை, அவள் கேட்பதையெல்லாம் அள்ளித் தரும் அட்சயப் பாத்திரமாகவே, அந்தத் தாயை மாற்றி விட்டிருந்தாள் அந்தச் சிறுமி.

ஏனோ, அந்தச் சிறுமி அப்பாவை அந்த அளவு நச்சரிக்கவில்லை. பேப்பரிலும், புத்தகத்திலும் அவர் பிஸியாக இருந்ததால் போலும். எதையெடுத்தாலும், எது வேண்டுமென்றாலும் அம்மாதான். அந்த அம்மாவும் "என் கண்ணில்லையோ, என் மூக்கில்லையோ, பாப்பாவுக்கு இது வேண்டாம்மா..' என்று கெஞ்சி, கொஞ்சிக் கொண்டே அல்லது நச்சரிப்புகளுக்குப் பச்சைக் கொடி காட்டிக் கொண்டிருந்தார்.

இந்தச் சிறுமிதான் என்றில்லை, பலருடைய வீட்டிலும் இத்தகைய உரையாடல்கள் நடந்து கொண்டிருப்பதும், குழந்தைகள் அம்மாவைப் பிடுங்கி (அவர்களது பாஷையில் 'நைஸ் பண்ணி) காரியத்தைச் சாதித்துக் கொண்டிருப்பதும் நிதர்சனமான ஒன்றுதான். இந்த 'அடம்பிடித்தல்' அப்பாவிடம் எடுபடுவதில்லை என்பதாலோ என்னவோ, அம்மாக்களையே குறி வைத்து நடக்கின்றன.

இன்றையத் தாய்மார்களும், குழந்தைகளின் ஆசையைக் கெடுப்பானேன் என்ற எண்ணத்திலும், நாம் குழந்தைகளாக இருந்த போது நமக்குக் கேட்டதெல்லாம் கிடைத்ததா, நம் குழந்தைகளாவது அனுபவிக்கட்டுமே என்ற ஆதங்கத்தினாலும், ரொம்பவுமே வளைந்து கொடுக்கிறார்கள்.

கணவனுக்குத் தெரிந்தால் மறுப்பாரோ என்ற பயத்தில், தங்கள் வரையிலேயே மூடி மறைத்தும் இந்த 'டிமாண்டு'களுக்கு இணங்கி விடுகிறார்கள். அது மாதவன் சினிமா 'ஃபர்ஸ்ட் டே, ஃபர்ஸ்ட் ஷோ' பார்ப்பதிலாகட்டும், டிஸைனர் ஷர்ட் வாங்குவதிலாகட்டும், நண்பர்கள் குழாத்தில் 'பந்தா' பண்ணிக் கொள்ள வாங்கிக் கொள்ளும் பொருளிலாகட்டும், அம்மாதான் அட்சயப் பாத்திரமாகி வருகிறாள்.

இதனால் நேரக்கூடிய விளைவுகளை எத்தனை தாய்மார்கள் நினைத்துப் பார்த்திருப்பார்கள்?

போதும் என்ற மனம் இல்லாமலும், இது தேவை, இது தேவையில்லை என்று பகுத்தறிந்து வாங்கும் பழக்கம் இல்லாமலும், சக்திக்கு மீறி செலவு செய்தால் சந்திக்கத்தான் வர வேண்டும் என்ற அறிவு புகட்டப்படாமலும் வளருகின்ற குழந்தைகள், 'பிடிவாதத்தில் முந்தி, பொறுப்புணர்வில் பிந்தி' என்பதாகத்தானே



ஆவார்கள்?

அதிலும் இந் நாட்களில் பணப்புழக்கம் அதிகமாக இருக்கிறது. வாங்குவதற்கும் வகை, வகையாய்ப் பொருட்கள் இருக்கின்றன. தொலைக்காட்சிகளிலும், புத்தகங்களிலும் ஏகத்துக்கு 'இலவசம்' ஆசை காட்டி, வாங்கும்படி இருக்கும் வசீகரங்கள் இருக்கின்றன. இவற்றை வாங்கி விடுவதால், என்னவோ, அப்படியே மகிழ்ச்சியின் எல்லைக்கே போய் விடுவதாக நாமும் நினைத்து விடக் கூடாது. குழந்தைகளுக்கும் அந்த நினைப்பை ஊட்டி விடக் கூடாது.

குழந்தைகள் கேட்டதற்கெல்லாம் நாமும் வளைந்து கொடுத்து விட்டால், அவர்களைக் கெடுக்கும் வேலையை மட்டும் நாம் செய்தவர்கள் ஆகிறதில்லை. 'என்ன சொன்னால் இந்த அம்மாவை வழிக்குக் கொண்டு வர முடியும்' என்று நம்மை ஏய்க்கும் திறனையும் அவர்கள் வளர்த்துக் கொள்ள உதவியவர்கள் ஆவோம். அப்புறம் அட்சயப் பாத்திரமாவது, பண்டமாவது! அம்மா சரியான 'அசடு' என்ற கணிப்புதான் நிற்கும். இதனால் யாருக்கும் நல்லது இல்லை.

எனவே கண்டிப்பும், மறுக்கும் மனமும் இன்றையச் சூழ்நிலையில் மிக மிகத் தேவை. குழந்தைக்கு என்ன, 'டிமாண்ட்' செய்து தான் பார்ப்போமே என்று கேட்கத்தான் செய்யும். கெஞ்சல், கொஞ்சல்களையெல்லாம் மூட்டைக்கட்டி வைத்து விட்டுக் கறாராக இருப்பது எப்படி என்று பார்க்கலாமா?

ஒரு பொருளை வாங்குவதும், வாங்கி அனுபவிப்பதும்தான் சந்தோஷம் என்னும் எண்ணத்தை நீக்க வேண்டும். தாய்மார்களுக்காகட்டும், குழந்தைகளுக்கு ஆகட்டும், இந்த எண்ணம் இருந்தால்தான் மேலும் மேலும் வாங்க வேண்டும் என்ற ஆசை பெருகும்.

இந்த டிமாண்டுகளுக்கு முக்கியக் காரணம் தொலைக்காட்சி விளம்பரங்கள் தான். சமீபத்தில் வெளியான ஒரு ஆய்வும் இதை உறுதிப்படுத்துகிறது. குழந்தைகள் கவனத்தைத் தொலைக்காட்சியிலிருந்து திருப்பி, வீட்டு வேலைகளில் பொறுப்பேடுத்துக் கொள்ளச் செய்யுங்கள். தானாகவே அவர்களுக்கு எது தேவை, எது தேவையில்லை என்று புரிய வரும்.

ஒவ்வொரு முறை கடைத் தெருவுக்குப் போகும் போதும், குழந்தைக்குப் பிடிக்குமே என்று வாங்கி வந்து விடாதீர்கள். வாங்கிக் கொடுத்துப் பழக்கி விட்டீர்கள் என்றால், பின்னால் 'முடியாது' என்று மறுக்க இயலாமல் போய் விடும். அல்லது, நீங்கள் சொல்லும் 'முடியாது'க்கு மதிப்பிருக்காது.

பணத்தின் அருமையைத் தெரிவித்துக் கொண்டே இருங்கள். ''நம்மால் இந்தப் பொருளை வாங்க முடியாது. அதற்கு நமக்கு வசதியில்லை'' என்று சொல்வது சரியல்ல. ''பணம் இருந்தால் வாங்கி விடலாம் அல்லவா!'' என்றே நினைப்பார்கள்.

அதற்குப் பதிலாக எதை வாங்கினாலும் அதை லேசில் வாங்கி விட முடியாது. பணத்தைச் சம்பாதித்துத்தான் வாங்க வேண்டும். அப்படிச் சம்பாதித்த பணத்தில் வாங்கக்கூடிய அளவுக்கு அந்தப் பொருள் தகுதியானதா என்று யோசிக்க வையுங்கள். 'டிமாண்ட்' செய்யும் குணம் குறையும்.

'முடியாது' என்று நீங்கள் ஒருமுறை மறுத்து விட்டீர்கள் என்றால், கடைசி வரை அதில் உறுதியாக இருங்கள். கறாராக, கண்டிப்பாக இருங்கள். நடுவில் முடிவை மாற்றிக் கொண்டு விட்டீர்கள் என்றால், குழந்தையைச் சொல்லிக் குற்றமில்லை. உங்களைத்தான் சொல்ல வேண்டும்.



அதுபோல 'முடியாது' என்று மறுக்கும் போது அதற்கான காரணம் ஒரேயடியாக முடியாது என்றுதான் இருக்க வேண்டும்.

'உனக்கு இது நல்லதல்ல. அதனால் இது கிடையாது' என்று சொல்வதே நல்லது. வேறு எந்தக் காரணத்தை நீங்கள் சொன்னாலும், அதற்கு ஒரு சமாதானத்தை ரெடியாக வைத்திருப்பார்கள்.

ஆகவே, நீங்கள் அட்சயப் பாத்திரமாக இருக்கலாம், அன்பு காட்டுவதிலும், பரிவு காட்டுவதிலும் - அவற்றில் மட்டும்தான்!

பதினாறடிக்கு மேலும் பாயும் திறமையுடைய இந்நாளையக் குழந்தைகளைச் சமாளிக்க, அட்சயப்பாத்திரங்கள், அடக்கும் பாத்திரங்களாகவும் மாற வேண்டும்.

இல்லையென்றால், நீங்களும் திண்டாடி, எதிர்காலத்தில் குழந்தைகளையும் திண்டாடச் செய்ய வேண்டியதுதான்!

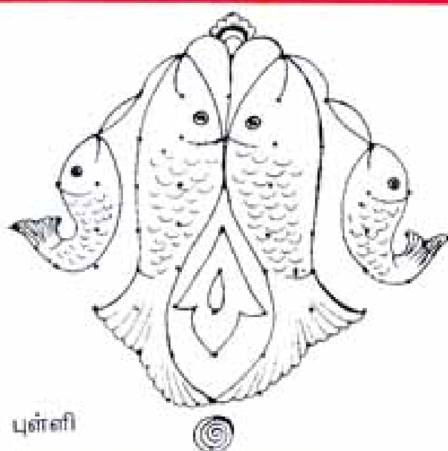
— ஜெயஸ்ரீ சாரநாதன்

15-1 நேர்ப் புள்ளி

கோலம்
அடிப்படையில்
அழகிய
வரைபடங்களை
பெயிண்டிங்
போலச்
செய்யலாம்.
சில இங்கே -
உங்கள்
கற்பனைக்கு
மூன்று வண்ணம்
செய்யாத
படங்கள் -

- ஆர்.
சந்திரோதயம்

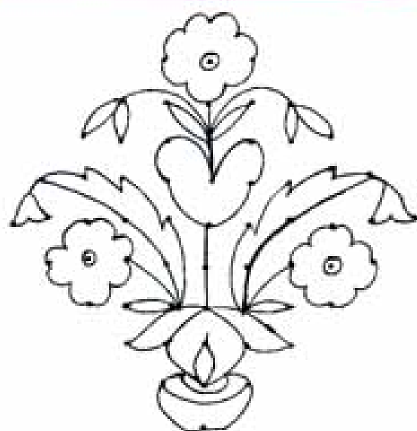
கோலமே



11-1 நேர்ப் புள்ளி

13-1 நேர்ப் புள்ளி

பெயிண்டிங் போல...!





மும்முரமாய் வேலை தேடிக் கொண்டிருக்கும் ஒரு பொறியியல் பட்டதாரிப் பெண் நான். என்னைப் போன்ற வேலையில்லாப் பட்டதாரிகளை (ஆண், பெண் என்ற பாகுபாடு இல்லாமல்) அனைவரும் பார்க்கும் அவலப் பார்வையால் மனதளவில் பாதிக்கப்பட்டு இதனை எழுதுகிறேன்...

சினிமாவில் காண்பிப்பது போல் குட்டிச்சுவரில் உட்கார்ந்து சிகரெட் பிடித்தபடி பெண்களைக் கேலி செய்து கொண்டும், பெண்கள் எனும் பட்சத்தில் மேக்-அப் போட்டபடி வெறும் ஷாப்பிங் செய்து கொண்டு இருக்கும் இளைய சமுதாயம் அல்ல நாங்கள்! எங்களுக்கும் கனவுகள் உண்டு... சமுதாயத்தில் ஒரு பெரிய அந்தஸ்த்தை அடைய வேண்டும்; எங்களால் எங்கள் குடும்பம் பெருமை பெற வேண்டும் என்ற லட்சியத்தோடுதான் நாங்கள் உள்ளோம்!

அதே சமயம் இளமைப் பருவத்திற்கே உரிய குறும்பு மனதோடு, ஒரு எல்லைக் கோட்டை எங்களுக்குள் நிர்ணயித்துத்தான் எங்கள் வாழ்க்கையை "என்ஜாய்" செய்கிறோம். ஆனால் என்ன செய்வது? அழகிய ரோஜாச் செடியில் முட்களும் முளைத்து இருப்பது போல், எங்களுக்கு இடையேயும் சில வழி தவறிய இளைஞர்கள் உண்டு என்பதை மறுப்பதற்கில்லை. இச் சமூகம்தான் நாளடைவில் அவர்களை நல்வழிப்படுத்த வேண்டும்!

படிக்க வச்சதுக்குக் கட்டிக் கொடுத்திருக்கலாம்!

ஆனால், நல்லதொரு எதிர்காலத்தை நோக்கிப் பயணிக்கும் எங்கள் மனதைப் புரிந்து கொள்ளாமல், எங்களை எப்போதுமே தவறான கண்ணோட்டத்தில் பார்க்கும் சில விநோத மனிதர்கள் எங்களிடமே, "இன்னுமா வேலை கிடைக்கலை?" என்று கேட்டு எங்களது வெந்த புண்ணில் வேலைப் பாய்ச்சுகிறார்கள்!

போதாக்குறைக்கு எங்கள் பெற்றோர்களிடமும் "படிக்க வச்சதுக்குப் பதில் உம்பொண்ணைக் கட்டிக் கொடுத்து இருந்தா உன் கடமையாவது தீர்ந்திருக்குமே!" என்றும் அதுவே வேலை தேடும் ஆண் பிள்ளையானால், "உன் பையன் தண்டச்சோறாவே ஆகிவிடுவான் போலிருக்கே!" என்றும் கூறி அவர்கள் மனதையும் புண்படுத்தி விடுகிறார்கள்.

இவர்களது இத்தகைய "எகத்தாள" பார்வைக்குக் காரணம் சினிமா உலகம்! இளைஞர்கள் என்றாலே 'தம்'மோடும், 'தண்ணி'யோடும், ஒரு பெண்ணின் பின்னாடி இருப்பதாகவே காண்பித்து நம் மக்கள் மனதையும் கெடுத்து விடுகிறார்கள், ஒரு தவறான அபிப்பிராயத்தை அவர்கள் உள்ளத்தில் தோற்றுவிக்கிறார்கள்...!

நாங்கள் என்ன வேண்டுமென்றா வரும் வேலையை நிராகரிக்கிறோம்? என்ன செய்வது? தற்போது தனியார் வேலையோ, அரசாங்க வேலையோ, சொந்தத் தொழிலோ எதற்குமே படிப்பு மட்டுமல்ல. பணம், சிபாரிசு, அரசியல் செல்வாக்கு, கொஞ்சம் அதிர்ஷ்டம் ஆகியவையுமல்லவா தேவைப்படுகிறது...?

இனியாவது எங்களைப் போன்ற வேலை தேடிக் கொண்டிருக்கும் பட்டதாரிகளிடம் உங்கள் 'அனுபவ' வாய் ஜாலத்தைக் காட்டி எங்கள் மனதையும் நோகடிக்காதீர்கள்!

— ஹ. கிருத்திகா



"ஒரு இடம் தகவல் வந்ததுக்கா. எங்கூட ஒர்க் பண்ற கஸ்தூரியோட அக்கா பொண்ணு..."

சாப்பாட்டுக்கு ஊடே அக்கா தங்கைகளுக்குள் பேச்சுப் பரிமாற்றம் ஆரம்பிக்கிறது.

"நம்ம சுரேஷுக்கா?"

"ஆமா, மாலினின்னு பேரு. நானே ஒரு தரம் இன்னொரு ஃப்ரெண்ட் கல்யாண வீட்ல வச்சு பார்த்திருக்கேன். ஆனா பொண்ணுன்னு பார்க்கலை. பார்க்க நல்ல அழகு. எம்.எஸ்ஸி., படிச்சிருக்கா. வீணையெல்லாம் நல்லா வாசிப்பா. அன்னைக்குக் கல்யாணத்துல அவ கச்சேரிதான் சாயங்காலம் நலங்கு முடிஞ்சு."

"சரி அவ அப்பா என்னவா இருக்கார், எவ்வளவு சீர் செய்வாராம்?"

"இருபத்தஞ்சு பவுன் போடறேன், கையிலயும் இருபத்தஞ்சு தரேங்கிறாராம். கவர்மெண்ட் வேலை கூடிய சீக்கிரம் ஆர்டர் வரும்ன்னு எதிர்பார்த்திட்டிருக்காங்க. ரயில்வே சர்வீஸ் கமிஷன் எழுதி இன்டர்வ்யூவும் அட்டெண்ட் பண்ணியாச்சாம். ஒண்ணே ஒண்ணு. மெடிக்கல் எக்ஸாமினேஷன் மட்டும்தான் பாக்கியாம்."

பெரியது கேட்கின்...

தன் மனசிலுள்ள திருப்தி, வார்த்தைகளில் வெளிப்பட, உற்சாகமாய்த் தகவல் சொல்கிறாள் வாசந்தி.

ஆனால் கல்யாணியின் முகத்தில் இதைக் கேட்டுத் திருப்தியில்லை.

"ப்ச்சு, என்னடி வெறும் இருபத்தஞ்சு பவுன்ங்கிறே! அவனைக் கம்ப்யூட்டர் இன்ஜினியராக்க எவ்வளவு பணம் கொட்டிச் செலவழிச்சிருக்குன்னு உனக்குத் தெரியாதா?"

வாசந்திக்கு பொசுக்கென்று போகிறது. "மகனைப் படிக்க வைச்சது, அவனோட வாழ்க்கை வளமா இருக்கணும்ங்கிறதுக்காக. இவ ஏன் வியாபார நோக்கா பார்க்கிறா? பொண்ணு எடுக்கப் போற இடத்தில. அதுமில்லாம ஒரு பொண்ணுக்கு போட்டுக்கறதுக்கு இருபத்தஞ்சு பவுனுக்கு மேலயுமா வேணும்! தங்கம்தான் தரத்தை நிர்ணயிக்கிற எடைப் பொருளா?" என்று மனசுக்குள் சங்கடம் எழுகிறது. ஆனால் அதைச் சொன்





கண்ணம்மா பகவதி

னால் ஒத்துக் கொள்வாளா அக்கா கல்யாணி?

"கோயம்புத்தூர்ல பார்த்த பொண்ணு வீட்ல அறுபது பவுன் போடறேன், ஒரு லட்சம் கையில தரேன்னாங்க. அதையே வேண்டாம்ன்னுட்டேன். தெற்கேயெல்லாம் பாங்க்கில கிளார்க்காயிருந்தாலே ஒரு கிலோ, ரெண்டு கிலோன்னு தங்க நகை எடை போட்டுத் தராங்களாம். இவனோட ஸ்டேட்டஸுக்கு கார், பங்களான்னு எதிர்பார்த்திட்டிருக்கேன். நீ என்னடான்னா..."

வாசந்திக்கு வாயடைத்துப் போய் விட்டது.

ஃப்ரிட்ஜிலிருந்து தயிரை எடுத்துக் கொண்டு வந்து அவர்களின் முன்னால் வைத்து விட்டு, 'ஸ்... அப்பாடா

The following particulars regarding the ownership of 'MANGAYAR MALAR' the Tamil Monthly newspaper, are published, as called for by rule 8 of the Registration of Newspapers (Central) Rules 1956.

FORM IV

1. Place of Publication	:	Chennai
2. Periodicity of Publication	:	Monthly
3. Name of Printer	:	K. Rajendran
Nationality	:	Indian
Address	:	Old No. 35, New No.14, 4th Main Road, Kasturba Nagar, Adyar, Chennai - 600 020.
4. Name of Publisher	:	K. Rajendran
Nationality	:	Indian
Address	:	Old No. 35, New No.14, 4th Main Road, Kasturba Nagar, Adyar, Chennai - 600 020.
5. Name of Editor	:	K. Rajendran
Nationality	:	Indian
Address	:	Old No. 35, New No.14, 4th Main Road, Kasturba Nagar, Adyar, Chennai - 600 020.

6. Names and addresses of individuals who own the newspaper and partners or shareholders holding more than one percent of the total capital : **Bharathan Publications Private Limited, 47, Jawaharlal Nehru Road, Ekkaduthangal, Chennai - 600 097.**

I hereby declare that the particulars given above are true to the best of my knowledge and belief.

1.3.2003

K. Rajendran
Publisher

வெயில் தாங்கலை. இருபத்து நாலு மணி நேரமும் ஃபேனுக்கடியில காலத்தள்ளினாத் தான் தேவலைன்னு இருக்கு போ'' என்று தன் இரு பெண்களுக்கும் முன்னால் தானும் உட்கார்ந்து கொள்கிறாள் செல்லம்மா.

''வாசந்தி! ஏதோ பெண் வீடு தகவல் சொன்னியே, காலையில ஃபோன்ல. அக்கா கிட்ட சொல்லிட்டயா?'' என்கிறாள். வாசந்தி, 'சொல்லியாச்சு' என்கிற பாவனையில் தலையை மட்டும் அசைக்கிறாள். அதில் புரிந்து கொள்கிறாள் செல்லம்மா. பெரியவள் கல்யாணிக்குத் திருப்தியில்லை என்பதை. முன்பே அவள் யூகித்ததுதான் இதை.

கல்யாணிக்கு அவளுடைய ஒரே மகன் சுரேஷ், கம்ப்யூட்டர் என்ஜினியராக அமெரிக்காவில் இருப்பதில் ஏகப்பட்ட பெருமை. வரக்கூடிய மருமகள் காரும், பங்களாவும், கிலோ கணக்கில் நகையுமாக வரவேண்டுமென்பதில், மாற்றமில்லாத எதிர்பார்ப்பில் இருக்கிறாள்.

"என்ன கல்யாணி! வாசந்தி சொல்ற இடம் தோதுப்படாதா?"

''அம்மா! வெறும் இருபத்தஞ்சு பவுன், இருபத்தைந்தாயிரம் ரொக்கம் தருவாங்களாம். சுரேஷ் என்ன பலசரக்குக் கடையில பொட்டலம் மடிக்கிறவனா? அவன் தகுதிக்கேற்ப பார்க்கணுமா வேண்டாமா? நீயே சொல்லு!''

கல்யாணியின் குரலில் கோபம் தொனிப்பதை உணர்ந்து செல்லம்மா, 'ஆமாமா' என்று ஒத்துப் பாடி விட்டுப் பேச்சை நிறுத்திக் கொள்கிறாள். அவள் பார்வை வாசந்தியின் கண்களைச் சந்தித்தது.

இன்று செல்லம்மாவின் பிறந்த நாள். தன் இரு பெண்களையும் மதியச் சாப்பாட்டுக்கு அழைத்துத் தன் கையால் சமைத்து, தன் பிறந்த நாளைச் சுருக்கமாய்ச் சந்தோஷமாய்க் கொண்டாடிக் கொண்டிருக்கிறாள்.

''பாயசம் ரொம்ப நல்லாருக்கும்மா. பைனாப்பிள் எஸென்ஸா, மிக்ஸட் ஃப்ரூட் எஸென்ஸா? உன் அம்மா, பாட்டி வழிப் பழக்கத்த விடாம ஏலக்காயும் தட்டிப் போட்டிருக்கே. வாசனை மாறிப் போனாலும் சூப்பராயிருக்கு ருசி."

"ஆமாமா. பழைய பழக்கமா ஏலக்காயைப் போடாமலும் இருக்க முடியல, நீங்கள்லாம் உபயோகிச்ச அசத்தற விதவிதமான எஸென்ஸையும் தொடாம இருக்க முடியல. பைனாப்பிள் தான் ரெண்டே ரெண்டு சொட்டு விட்டிருக்கேன்."

வாசந்தி ஆபீஸுக்கு அரை நாள் லீவு போட்டு விட்டு வந்ததால், சாப்பாடு முடிந்து அம்மாவோடு நடை கூட ஊஞ்சலில் உட்கார்ந்து பேசிக் கொண்டே சுவாரஸ்யமாய் வெற்றிலை போட்டுக் கொண்டிருக்கிறாள். கல்யாணிக்கு லீவில்லை. அவள் புறப்பட்டுப் போய் அரை மணி நேரமாயிற்று.

"சுரேஷ் 'வேணுங்கிற காசு நான் சம்பாதிச்சுப்பேன் சித்தி. பெண் படிப்பும் குணமும், லட்சணமும், ஏதாவது வாத்யமோ வாய்ப்பாட்டோ, பரிபூரண வித்தை தெரிஞ்சவளா அமையணும்னு ஆசைப்படறேன் சித்தி'ங்கறான். அக்காவான்னா நகை, காரு, பங்களான்னே ஆலாபனை பண்ணிட்டிருக்கா."

வாசந்தி மனத்தாங்கலாய் சொல்கிறாள்.

'விடு. அவனுக்குன்னு ஒருத்தி எங்கேயோ பிறந்து வளர்ந்திருப்பா. நேரமும் காலமும் வந்து தானா தானா வந்து சேர்வா'' செல்லம்மா சின்ன மகளைச் சமாதானப் படுத்துகிறாள்.

ஏகப்பட்ட ஜாதகங்கள், ஒன்று ஒத்து வந்தால் ஒன்று ஒத்து வரவில்லை, கல்யாணியின் மனசுக்கு. அவள் கணவர் சுந்தரேசனுக்கு வெறுத்துப் போய், ''உம்பாடு உங்கம்மா பாடு சுரேஷ்' என்று ஃபோனில் அலுத்து விட்டு ஒதுங்கிக் கொண்டு விட்டார்.

அன்று மாலை எதிர்பாராத விதமாய் அந்த விபத்து நிகழ்ந்து விட்டது. ஆபீஸ் விட்டு வரும் போது பஸ்ஸில், படியில் இரண்டாவதாய் வைத்த கால் வழுக்க, நிலைகுலைந்து கைப்பிடியை விட்டு, நடு ரோட்டில் குப்புற விழுந்



ஸ்ரீ டிராவல்ஸ்

194 - a. முதல் மாடி, அண்ணா சாலை, ஆயிரம் விளக்கு, சென்னை - 6.
Ph:28516799, 28513109, 28513122, 55870482 Tata Phone (24 Hours)
E-Mail sritrave@satyam.net.in Web:www.sreetravels.com Mobile:98402 31302

ஸ்ரீ டிராவல்ஸ் அளித்திடும் அற்புதமான சுற்றுலாக்கள்

உங்கள் கோடை விடுமுறையை குடும்பத்துடன் குதூகலமாக களித்திட இப்போதே திட்டமிடுங்கள்.

Tour No. 1:கேரள சுற்றுலா: புறப்படும் தேதிகள்: **01.05.2003, 12.05.2003 -** சென்னை - திருவனந்தபுரம் - வர்கலா - கோவ்லம் - ஆலப்புழா (படகு பயணத்துடன்) - கோட்டயம் - வைக்கம் - மூணாறு - கொச்சி - குருவாயூர் - மலம்புழா - கோயம்புத்தூர் - சென்னை.

பயணத்தொகை: ரூ. **4,500/-** பயண நாட்கள்: **7**

Tour No. 2: இலங்கை சுற்றுலா *(பாஸ்போர்ட் உள்ளவர்களுக்கு மட்டும்)* புறப்படும் தேதிகள்: **22.04.2003, 13.05.2003 -** சென்னை - திருச்சி - தூத்துக்குடி - கொழும்பு - கண்டி - கதிர்காமம் - திருக்கேட்டீஸ்வரம் - திரிகோணமலை - நுவரெலியா - கொழும்பு - தூத்துக்குடி - திருச்சி - சென்னை.

பயண நாட்கள்: இலங்கையில் **6** இரவுகள் / **7** பகல் பொழுதுகள்

பயணத்தொகை :ரூ. **13,900/-** திருச்சி - கொழும்பு - திருச்சி (விமானப் பயணம்)
ரூ. **16,900/-** சென்னை - கொழும்பு - சென்னை (விமானப்பயணம்)
ரூ. **10,900/-** தூத்துக்குடி - கொழும்பு - தூத்துக்குடி (கப்பல் பயணம்)

அனைத்து இடங்களிலும் நட்சத்திர ஒட்டல்களில் தங்கும் வசதிகள், சைவ உணவு, குளிர்பதன பேருந்தில் பயண வசதி மற்றும் அனைத்து வசதிகளுடன்.

சுற்றுலா முடிவில் கொழும்பில் இலங்கையின் இசைக்கலைஞர்கள் பங்குகொள்ளும் அற்புதமான இசை நிகழ்ச்சியும் உண்டு.

Tour No: 3:அந்தமான் சுற்றுலா: புறப்படும் தேதிகள்:**25.04.2003, 09.05.2003**

சென்னை-போர்ட்பிளேர்-சென்னை. பயணத்தொகை: ரூ. **12,900/-** பயண நாட்கள் : **8**

ஒரு வழி கப்பல் மற்றும் ஒரு வழி விமானப்பயணங்கள். போர்ட்பிளேரில் கலை நிகழ்ச்சியும் உண்டு.

Tour No. 4: டார்ஜிலிங் - கேங்க்டாக் சுற்றுலா: புறப்படும் தேதிகள்: **02.05.2003, 20.05.2003 -** சென்னை - கல்கத்தா - கேங்க்டாக் - டார்ஜிலிங் - சென்னை.

பயணத்தொகை: ரூ. **6,500/-** பயண நாட்கள்: **10**

Tour No. 5: ஹிமாசல பிரதேச சுற்றுலா- I : புறப்படும் தேதிகள்: **27.04.2003, 15.05.2003**
சென்னை - டில்லி - சிம்லா - குலு - மணாலி - ரோடங்பாஸ் - சண்டிகார் - மதுரா - ஆக்ரா - சென்னை.

பயணத்தொகை ரூ. **6,900/-** பயண நாட்கள்: **11**

Tour No. 6: பக்தி சுற்றுலா: பத்ரி - கேதார் சுற்றுலா: புறப்படும் தேதிகள்: **22.05.2003**
சென்னை - பூரி - புவனேஷ்வர் - கல்கத்தா - கயா - வாரணாசி - அலகாபாத் - ஹரித்துவார் - ரிஷிகேஷ் - பத்ரிநாத் - கேதார்நாத் - டில்லி - மதுரா - ஆக்ரா - சென்னை.

பயணத்தொகை: ரூ.**8,500/-** பயண நாட்கள்: **14**

Tour No. 7:கைலாஷ், மானசரோவர் புனித பயணம்: புறப்படும் தேதிகள்: **04.06.2003, 05.07.2003**
சென்னை - பெங்களூர் - காத்மாண்டு - மானசரோவர் - கைலாஷ் - காத்மாண்டு - பெங்களூர் - சென்னை. பயணத் தொகை ரூ. 68,000/- பயண நாட்கள்: 19

கைலாஷ் பயணத்தில் அனைத்து நாட்களும் தங்கும் வசதிகளுடன் மற்றும் தமிழக உணவு வசதிகளுடன். பெங்களூர் - காத்மாண்டு - பெங்களூர் (விமானப் பயணம்). பாஸ்போர்ட் இல்லாதவர்கள் உடனே விண்ணப்பிக்கவும்.

• மிகவும் தரமான தங்கும் வசதிகளுடன் • எல்.டி.சி. வசதி உண்டு
• கோடை நெரிசலை தவிர்க்க 60 நாட்களுக்கு முன்னதாகவே முன்பதிவு அவசியம்.

தாள் கல்யாணி. வாரிச் சுருட்டி எழுந்திருக்க முயல்கிறாள். ம்ஹூம். உயிர் போகிற வலி காலில். பஸ்ஸுக்காகக் காத்திருந்தவர்கள்தான் தூக்கி உட்கார வைக்க வேண்டியதாய்ப் போயிற்று. ஓரிரு நிமிடங்களில் வலது கையும், இடது முழங்காலும் பொது பொதுவென்று வீங்க, வலியோ சொல்லி முடியாது. ஒரு காலேஜ் மாணவன்தான் கல்யாணியிடம் நம்பர் வாங்கி சுந்தரேசனுக்கும், வாசந்திக்கும் ஃபோன் பண்ணினான்.

அவரவரின் அன்றாடப் பாடே பிரதானமாயிருக்கையில், காலிலும் மணிக்கட்டிலும் எலும்பு முறிவாகி மாவுக்கட்டுப் போட்டு கட்டிலோடு கட்டிலாய்க் கிடக்கிற கல்யாணிக்கான சிசுருஷை, பெரிய பிரச்னையாய்க் கேள்விக்குறியாய் நிற்கிறது. எல்லாவற்றுக்குமே அவளுக்கு மற்றவரின் உதவி தேவை, என்கிற நிலை.

வாசந்திக்கு பிளஸ் டூ படிக்கும் மகளும், பத்தாவது படிக்கும் மகனும். அதோடு காலை ஏழு மணிக்கே எலெக்ட்ரிக் ட்ரெயினைப் பிடித்து முக்கால் மணி நேரப் பிரயாணத் தூரத்தில் ஆபீஸ் போகும் கணவர். ம்ஹூம். ஒரு வாரத்துக்குக் கூட வாசந்தியால் தாக்குப் பிடிக்க முடியவில்லை கல்யாணியின் வீட்டில். செல்லம்மாவுக்கு அறுபத்தைந்து வயது முதுமை. அரை மணி அடுப்பு வேலை செய்தால், அடுத்த அரைமணி நேரம் கட்டாயம் ஓய்வெடுத்தாக வேண்டும் என்ற ஓய்ந்த உடல் நிலை.

ஒரு வார விடுமுறைக்குப் பிறகு வாசந்தி நாளைக் காலை ஆபீஸ் போயே தீர வேண்டும்.

"நீயும் போய்ட்டேன்னா, நா என்ன பண்ணப் போறேன்னு பயமாயிருக்கு வாசந்தி" செல்லம்மாவின் மனதிலுள்ள திகைப்பு கண்களில் தெரிகிறது.

"பயப்படாதம்மா. அக்கா பார்த்தா, என்னடா இப்படி கட்டிலோட படுத்துத் தான் துன்பப்பட்றதோட, அடுத்தவங்களையும் கஷ்டப்படுத்தறோமேன்னு வருத்தப்படுவா. நா ஒரு ஏற்பாடு பண்ணிருக்கேன். என்னோட ஸ்ரீரங்கத்து நாத்தனார் பொண்ணு சுமதிக்கு ஃபோன் பண்ணியிருக்கேன். அக்காவுக்குக் கட்டுப் பிரிச்சு, முழுசுமா குணமாகிற வரை தயவுசெய்து இங்கு வந்திருந்து ஒத்தாசை பண்ணணும்னு. முதல்ல நாத்தனார் கமலிக்கு ஃபோன் பண்ணினேன், சுமதியை அனுப்பித் தரணும்னு.

"என்ன சொன்னா சுமதி, வரேன்னாளா?"

"ம். வரேன்னுருக்கா. ரொம்பக் கெட்டிக்காரிம்மா சுமதி."

"ஆமா எனக்குத்தான் தெரியுமே. படிப்பாகட்டும், கை வேலையாகட்டும் ரொம்ப ஜுட் டிப்பா இருப்பா. எப்பவும் சிரிச்ச முகம் வேற. பகவான் வசதியைத்தான் குடுக்கலயே தவிர்த்து, நல்ல குழந்தைகளைக் குடுத்திருக்கார் உன் நாத்தனாருக்கு."

"ஆமாம்மா. நான் ஆபீஸ் போறதுக்குள்ள வந்துடு சுமதின்னு ரிக்வெஸ்ட்டா, கேட்டிருக்கேன். 'கவலைப்படாதீங்க அத்தை வந்துடறேன்'னு உறுதியா சொல்லியிருக்கா."

செல்லம்மாவைச் சிரமப்படுத்தாமல் காலை எட்டு மணிக்கெல்லாம் ஸ்ரீரங்கத்திலிருந்து உறையூர் வந்து விட்டாள் சுமதி.

வந்ததும் கல்யாணியைப் பார்த்த கையோடு, செல்லம்மாவின் காலைத் தொட்டு ஆசீர்வாதம் வாங்கிக் கொண்ட சுமதியை, மனசுக்கு ரொம்பப் பிடித்துப் போய் விட்டது செல்லம்மாவுக்கு. சூடாக அவள் கொடுத்த காப்பியைக் குடித்து முடித்தவுடனே, கல்யாணிக்கான சிசுருஷைகளை ஆரம்பித்து விட்டாள் சுமதி.

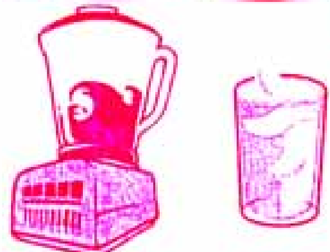
வாசந்திக்கு ஆபீஸில் ஆடிட்டிங் என்பதால் ஏற்பட்ட வேலை நெருக்கடி. அதோடு அவள் மகளுக்குப் பரீட்சை வேறு நெருங்கிக் கொண்டிருக்கிறது. பிள்ளைகளின் படிப்பைக் கண்காணிக்க வேண்டிய நேரம் என்பதால், சகோதரியின் உடல் நலத்தை, அவள் வீட்டு நிலவரத்தைத் தொலைபேசியில் மட்டும்தான் விசாரிக்க முடிகிறது.

"அக்காவுக்கு இப்போ எப்படியிருக்கும்மா?"

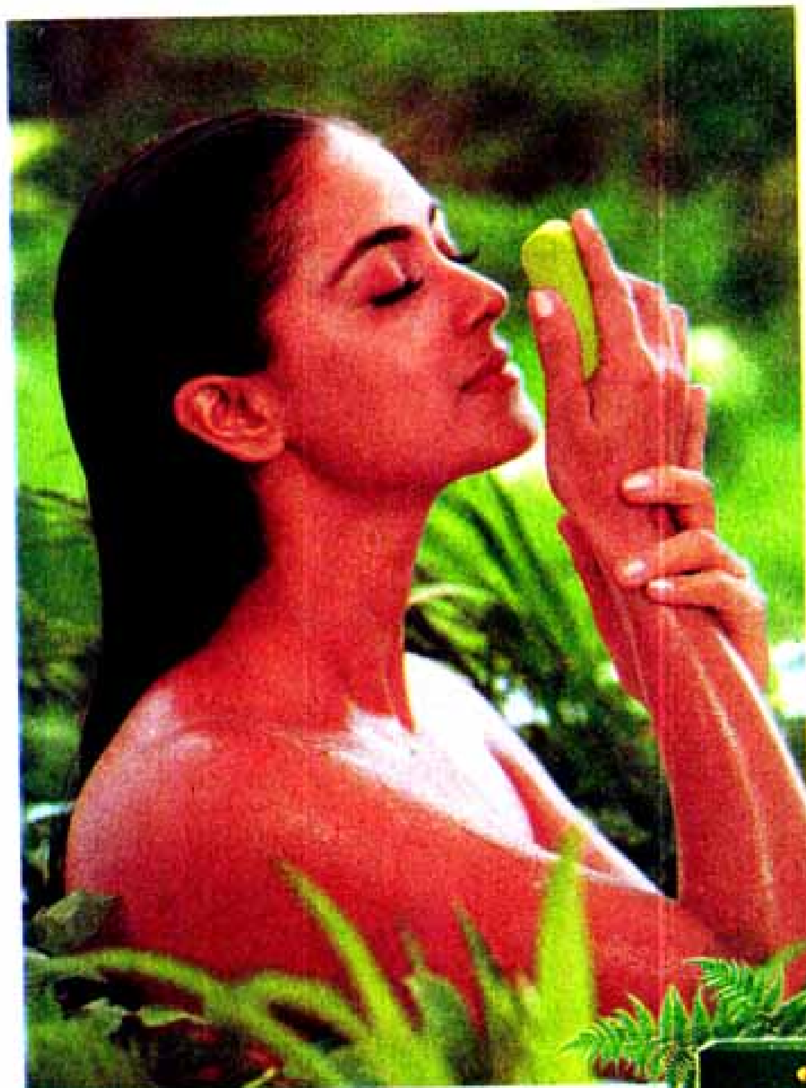
"டாக்டர் வந்து பாத்துட்டு கைக்கட்டுப் பிரிக்க இன்னும் ஒரு மாசம் ஆகும்னார். மருந்து மாத்திரையெல்லாம் வேளாவேளைக்கு பார்த்துப் பார்த்து சுமதிதான் குடுக்கிறா. அதோட கல்யாணிக்குத் தலை வாரிப் பின்னி விட்றது, பெட்பான் வைக்கறது எல்லாம் பெத்த பிள்ளை தோத்தது போ. அப்படிச் செய்றா

கருவேப்பிலை கொஞ்சம் மிக்ஸியில் ஓடவிட்டு அதையும், ஒரு டீஸ்பூன் வெந்தயப் பொடியும் மோரில் சேர்த்து தினம் இரண்டு தம்ளராவது குடிக்க உடல் 'ஜம்'மென்று இருக்கும்.

- மங்களம்



அனுபவியுங்கள் ஜீவா.
ஓர் ஆயுர்வேதிக் சோப்பு
27 மடங்கு
சிறப்பானது,
உங்கள் சருமம் புத்துயிர் பெற.



அனுபவியுங்கள் ஜீவா. உங்கள் சருமத்திற்கு உகந்த சோப்பு. ஜீவாவிலுள்ள 27 அத்தியாவசிய ஆயுர்வேத உட்பொருள்கள் சருமத்திற்கு ஊட்டமளித்து, மெருகூட்டி, பாதுகாக்கிறது. இதன் ஒப்பற்ற நுரை சரும துவாரங்களை திறப்பதோடு மட்டுமின்றி, இதில் நிறைந்த ஆயுர்வேத நற்குணங்கள் சருமத்தில் ஊடுருவிப் பாய்கிறது. எனவே உங்கள் சருமத்தில் இளமை, மென்மை மற்றும் பொலிவு பூத்துக் குலுங்குகிறது. மேலும் சருமத்திற்கு தருவதோ புத்துயிர்.

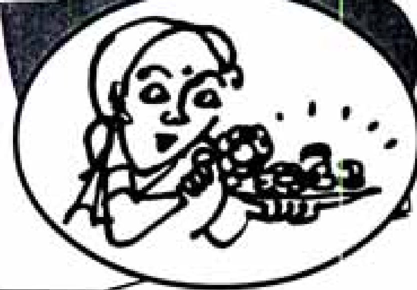
சருமம் புத்துயிர் பெறும்

From the house of Jyothy Laboratories Ltd. Shreshaeh Estate, Marol, Andheri (E), Mumbai - 59.

Situations/JLL-JEEVA/89/2002 TAM

ஜாங்கிரியை துணியில் பிழிவதை விடவும், மாவை முறுக்கு அச்சில் போட்டு சுற்றுவது மிக சுலபம். ஜாங்கிரியும் அடுக்குச் சுற்றாக, பிரமாதமாக இருக்கும்.

- ராதிகா அழகப்பன்.



சுமதி." ஃபோனில்தான் பேசுகிறாள் செல்லம்மா. ஆனால் கண்களில் கண்ணீர் கரகர வென்று வழிகிறது.

"அம்மா! சுமதி தபால் மூலமா மேல்படிப்பு படிச்சிட்டிருக்கா. அவளுக்குப் படிக்கிறதுக்குக் கொஞ்சம் டைம் குடுத்துட்டு, நீ கொஞ்ச நேரம் கவனிச்சுக்கோ என்ன?"

"வாசந்தி! நீ முன்னமே இதைச் சொன்னது எனக்கு ஞாபகத்திலயிருக்கு. ஆனா சுமதி மாதிரி பொண்ணைப் பார்க்கறது ரொம்ப அபூர்வம் போ. உன் நாத்தனார் குடுத்து வச்சவ. காலையில நாலு மணிக்கு டாண்ணு முழிச்சுக்கிறா. ரெண்டு மணி நேரம் கவனமாப் படிக்கிறா, எழுதறா. நீங்க ரெண்டு பேரும் படிக்கிற காலத்தில, விடியக்காலம் நாலு மணிக்குக் காப்பி போட்டுத் தருவேனே, அது மாதிரி ஒரு காப்பியைப் போட்டு அவளுக்குக் குடுத்துட்டு நானும் குடிக்கிறேன். அதுக்கப்புறம் ஆறு மணியிலேர்ந்து எனக்கு உதவியும், கல்யாணிக்குத் தொண்டூழியமும் பார்க்கிறா சுமதி."

கல்யாணிக்கு ஒரு நிமிஷம் சுமதி பக்கத்தில் இல்லாவிட்டாலும் முடியாது என்றாகி விட்டது இப்போது. அடிக்கடி கல்யாணி, தனக்கு இப்படி ஒரு பெண்ணில்லையே என்று மனதுக்குள் ஏங்க ஆரம்பித்து விட்டாள்.

சுமதியின் பரிவும், பணிவிடையும் சுந்தரேசனையும் வியக்க வைக்க, கல்யாணியைப் பார்க்க வருகிறவர்களிடமெல்லாம் சுமதி புகழ் பாடுகிறார். கல்யாணி படுத்து இரண்டு மாதங்களாகி விட்டது.

மதியம் எல்லோருமாய்ச் சாப்பிட்டு சற்றுக் கண்ணயர்கையில் ஃபோன் மணி அடிக்கிறது. செல்லம்மாதான் எடுக்கிறாள். ஸ்ரீரங்கத்திலிருந்து கமலி.

"ஓ கமலியா! சௌக்கியமாம்மா?"

"................."

"சுமதி, நல்ல சௌக்கியம். கல்யாணிக்கும் இப்போ பரவாயில்லை. கைக்கட்டு நேத்துதான் பிரிச்சார் டாக்டர். சுமதியோட ஒத்தாசையில்லாட்டா என்னால இங்க சமாளிக்க முடியாதும்மா."

"..........."

"இல்ல, பெருமைக்குச் சொல்லல, சுமதி இங்க வீட்ல எல்லாருக்கும் ஆபத்பாந்தவி, அனாதரட்சகி."

சுமதி, "அத்தை! பாட்டி ஒரேயடியா புகழ்றதைப் பாருங்க" என்கிறாள் கல்யாணியிடம்.

"உள்ளதைத்தான் சொல்றாங்க அம்மா"

செல்லம்மா பேசி முடித்துத் தொலைபேசியை சுமதியிடம் நீட்டி, "வா உங்கம்மா" என்கிறாள்.

"என்னம்மா, சுமதியைத் தேடுதா அவங்கம்மாக்கு?"

"இல்ல கல்யாணி, சுமதிக்கு ஒரு வரன் வந்திருக்காம். நாளைக்குச் சாயந்திரம் பெண் பார்க்க வர்றாங்களாம். நாளைக்கு ஒருநாள் சுமதியை ஸ்ரீரங்கத்துக்கு அனுப்பி வைக்கச் சொல்றா கமலி."

சுமதியில்லாமல் தாங்குமா என்றிருக்கிறது கல்யாணிக்கும், செல்லம்மாவுக்கும் இப்போது. இருந்தாலும் பெண் பார்க்க வருகிறார்கள் என்கையில் அனுப்பாமல் இருக்க முடியுமா?

சுமதியின் ஒருநாள் விடுமுறைக்கு வாசந்திதான் பதிலாளியாய் வந்திருந்தாள்.

"வாசந்தி! இந்த சுமதிக்கு வரன் குதிர்ந்துக் கல்யாணம் நிச்சயமானா என் பங்கா, அவளைக்கு ரெண்டு வளையல் பண்ணிப் போடணும்னு நெனைச்சிண்டிருக்கேன். கல்யாணிக்கு ஒச்சம்னு ஏதுமில்லாம நடையும், கையும் நல்லா வந்தா, ஸ்வாமிக்கு செய்யணும்னு எதுவும் நேர்ந்துக்கல நான். அந்த அம்பாளே நேர்ல உதவிக்கு வந்தாப்பில வந்திருக்காளே இந்த சுமதி. அவளுக்குச் செய்யறதுதான் உண்மையா சாமிக்குச் செய்யற நேர்த்திக் கடன்."

ஆனால் மறுநாள் காலை வாசந்தி ஆபீஸ் போவதற்குள் பறந்தோடி வந்து விட்ட சுமதியிடம் செல்லம்மா கேட்டபோது,

"இல்ல பாட்டி தெகையல. வெட்டி தண்டம் நான் நேத்து போனது" என்றாள் சிரித்துக் கொண்டே.

செல்லம்மாள் முகத்தில் உடனடியாய் வருத்தம்.

"ஏண்டிம்மா, ஒன்னோட அழகுக்கு என்ன குறையாம்?"



1 கிலோ துவரம் பருப்புடன் ½ தம்ளர் வெந்தயத்தைக் கலந்து கொண்டு, அதில் சாம்பார், ரசம் செய்தால் சர்க்கரை வியாதிக்காரர்களுக்கு மிக மிக நல்லது.

- கீதா மூர்த்தி.



"அழகுக்கெல்லாம் குறை சொல்லல பாட்டி. அவங்க. இருபத்தஞ்சு பவுன் நகையும் இருபத்தையாயிரம் ரொக்கமும் தர்றதானா ஓகேயாம்."

செல்லம்மாவுக்கு அடப்பாவமே என்றிருக்கிறது. கமலி தங்களால் பத்துப் பவுன்தான் போட சக்தி என்று சொல்லியிருந்தாள். வாசந்தி, "பாரும்மா அங்க இன்னொரு குட்டிக் கல்யாணி இருக்கிறா" என்று செல்லம்மாவிடம் மட்டும் சொல்லிச் சிரித்தாள்.

கல்யாணிக்கான பணிவிடைகள் ஒரு பக்கம் என்றால், அவளைப் பார்க்க வருகிறவர்கள், தினம் தினம் ஏகப்பட்ட பேர். கல்யாணியின் ஆபீஸில் கூட வேலை பார்க்கிறவர்கள், சுந்தரேசனின் உறவுக்காரர்கள், நண்பர்கள், அறிந்தவர், தெரிந்தவர் என்று அன்றாடம் காப்பிச் செலவே அள்ளிக் கொண்டு போனது. இதில் பம்பாயிலிருந்து வந்த சுந்தரேசனின் சித்தி மகள் ஜானகி, இரண்டு நாள் இங்கேயே வேறு தங்கி விட்டாள். வராதவள் வந்திருக்கிறாளே என்று கல்யாணிக்கு செல்லம்மாவுக்கெல்லாம் ஆச்சரியம். அதிலும் இரண்டு நாட்கள் தங்கியதில் மேலும் ஆச்சரியம். பிறகுதான் தெரிந்தது அவள் வருகையின் ரகசியம்.

"எம் பையன் கணேசனை டாக்டருக்குப் படிக்க வைக்க எவ்வளவு பாடுபட்டிருப்பேன்? எவ்வளவு செலவழிச்சிருப்போம் மன்னி! டாக்டராகி, ஸ்பெஷலிஸ்ட்டாகி இப்போ அவன் பணத்தில கொழிக்கத்தான் செய்யறான். ஆனா, நான் பண்ண பெரிய தப்பு, பணக்கார இடத்தில அவனுக்குப் பெண் எடுத்ததுதான். வந்தவள் அவனோட அப்பன் வீட்டுப் பெருமையைத்தான் நாளெல்லாம் பேசுவா. என்னையோ, அவனோட அப்பாவையோ துளிக்கூட மதிக்க மாட்டா. அதுவுமில்லாம அவனையே வளைச்சுப் போட்டுட்டு, எங்களுக்கும் அவனுக்கும் பேச்சு வார்த்தையேயில்லாமப் பண்ணிட்டா மன்னி" என்று கல்யாணியிடம் ஜானகி சொல்லிக் கொண்டிருந்த போது, அவள் கண்களில் வழிந்த கண்ணீரைப் பார்த்துக் கல்யாணிக்கு பரிதாபம் தாங்க முடியவில்லை.

"மகனை டாக்டருக்குப் படிக்க வச்சு டாக்டரா இருக்கான்னு வெளிய சொல்லிக்க வெக்கம் மன்னி. எனக்கு இருக்கிற இருதய வியாதிக்கும், அவருக்கு இருக்கிற சர்க்கரை வியாதிக்கும், வெளி டாக்டர்கிட்டத்தான் காண்பிச்சு மருந்து வாங்கறோம். பணத்துக்கு ஆசைப்பட்டு பெரிய இடத்தில பெண்ணெடுத்ததில், இப்போ பெத்த பிள்ளையையே என்னுது இல்லேங்கிற நிலைமையில வீட்டை விட்டு நிர்க்கதியா வந்திருக்கேன்" என்ற போது கல்யாணி, செல்லம்மா இருவரும் அதிர்ந்து போனார்கள்.

நாளை கல்யாணிக்குக் காலின் மாவுக் கட்டைப் பிரித்து ஒரு எக்ஸ்ரே எடுக்க வேண்டுமென்றிருக்கிறார் டாக்டர். அநேகமாய் குணமாகி விட்டது என்று அவர் சொல்லவும், இனிமேல் கூடிய சீக்கிரம் கல்யாணியால் நடக்க முடியப் போகிறது, என்பது குடும்பத்தில் எல்லோருக்குமே ஆசுவாசத்தையும், நிம்மதியையும் தந்தது.

இந்த நல்ல வேளையில்தான் சுரேஷிடமிருந்து, தான் அம்மாவைப் பார்க்க இந்தியா வரப் போவது பற்றி, தகவல் வந்திருந்தது. சுரேஷ் வரப் போகிறான், என்றதும் கல்யாணிக்கு ஒரே சந்தோஷம். அப்பொழுதே முழுகும் குணமாகி விட்டது போல் ஒரு தெளிவு.

"சுரேஷ் எத்தனை நாள் லீவில் வரானோ தெரியலையே? நீ நல்லாயிருந்திருந்தயானா இதுக்குள்ள பெண் பார்த்து முடிச்சிருக்கலாம். லீவில அவனுக்குக் கல்யாணத்தையும் முடிச்சிருக்கலாம். சரி... பகவான் செயலா உனக்குக் குணமாச்சே."

செல்லம்மா பெருமூச்சு விடுகிறாள் மகளிடம்.

கல்யாணிக்கு மாவுக்கட்டுப் பிரித்து, எலும்பு கூடி விட்டது என்று டாக்டர் சொன்ன பிறகு, புது ஜன்மம் எடுத்த மாதிரி வீட்டுக்குள்ளேயே சுவரைத் தாங்கலாய்ப் பிடித்தபடி நடந்து பார்க்கிறாள்.

கமலி, கல்யாணியையும் பார்த்து விட்டு சுமதியையும் அழைத்துப் போக வந்த போது, சுந்தரேசன் முதற்கொண்டு அனைவர் கண்களி

ஓம் கண்ணீர். அவர் முதல் நாளே உசத்தியான விலையில் இரண்டு புடவை ஜாக்கெட்டுகளை எடுத்து வந்திருந்தார் சுமதிக்கு.

"குழந்தே! இந்தச் சின்ன வயசில இவ்வளவு அருமையா கட்டில்ல இடக்கிறவனுக்குப் பணி விடை பார்த்தியே. அவ கிழே விழுந்து கையும் காலும் மாவுக்கட்டுப் போட்டு ஆஸ்பத்திரி யிலிருந்து வந்த போது 'இவள எப்படிக் குணப் படுத்தி கரைசேர்க்கப் போறோம்'னு மலைய தூக்கி தலையில வச்சாப்ல இடிஞ்சுப் போனேன். தெய்வம் போல, தேவதை வரம் குடுத்தாப் போல, உன்னை வாசந்தி வரவழைச் சது, நாங்க செஞ்ச புண்ணியம்" என்று கண்கலங்கிய செல்லம்மா, அவள் பென்ஷனில் மீத்து வைத்திருந்ததில் இரண்டாயிரம் ரூபாயைக் கவரில் வைத்து,

"உனக்கு நிறையக் குடுக்கணுமின்னு ஆசை யிருக்கு குழந்தே. இப்போ சக்திக்கு என்னால முடிஞ்சது.." என்று நாத்தழுதழுக்க கண்கலங்கி, சுமதியை அணைத்தபடி, அவள் கையில் கொடுக்கிறாள்.

"என்ன பாட்டி! வீட்ல சும்மாதான் இருந் தேன். அத்தைக்கு உதவியா இருக்க முடிஞ்சு தேன்னு எனக்கு மனசுக்கு ரொம்பச் சந்தோ ஷம். இதெல்லாம் எதுக்கு பாட்டி. மாமா வேற புடவையெல்லாம் எடுத்துத் தந்திருக்கார்."

"எங்க சந்தோஷத்துக்குத்தான் வச்சுக்கோ" என்று சுமதியிடம், "சுரேஷ் அமெரிக்காவி லேர்ந்து வந்ததும் ஃபோன் பண்றேன். நீயும், சுமதியும் கட்டாயம் இங்க உறையூருக்கு வந்து ஒரு வாரம் தங்கணும் கமலி" என்று பிரியா விடை கொடுத்தாள் செல்லம்மா.

ஒரு வாரத்தில் சுரேஷ் வந்து வீடு கலகல வென ஆகிவிட்டது. செல்லம்மா சுரேஷிடம் என்ன ஓதினாளோ, தெரியாது. கல்யாணி யிடம்,

"அம்மா! உனக்குச் சாப்பாடு ஊட்டி, உடம்புத் துடைச்சு, புடவையெல்லாம் கட்டி விட்டு, முழுசுமாப் பணிவிடை செஞ்சாளாமே சுமதி. அந்தப் பெண்ணை நான் நேர்ல பாக் கணும்மா, பார்த்து மனசார நன்றி சொல்ல ணும். பாட்டி. அவ செய்த சேவையை, அவ குணத்தை (அவ அழகை என்றதை மட்டும் மறைத்து விட்டான்) சொல்லிச் சொல்லி மாஞ்சு போறா" என்கிறான் சுரேஷ்.

"இதோ ஸ்ரீரங்கம்தானே! ஃபோன் பண் ணினா ஒரு மணி நேரத்தில உறையூருக்கு வந் துடுவா... நானே அவளை வரச் சொல்லி ஃபோன் பண்ணணும்னுதான் இருக்கேன்."

"இல்லம்மா. நான் நேர்ல போய்ப் பாத்துட்டு நன்றி சொல்லிட்டு வர்றதுதாம்மா நியாயம்."

"சரி. பாட்டியும் நீயுமா போய்ட்டு வாங்க" என்றவள் என்ன நினைத்தாளோ, ஆட்டோ வரவழைத்துத் தானும் கூட வந்தாள் கல்யாணி.

திடீரென்று இவர்களைப் பார்த்ததும் சுமதி சந்தோஷமாய் ஓடி வந்து வரவேற்றதோடு, பாட்டியையும் கல்யாணியையும் நமஸ்கரித் தாள்.

சிறிது நேரத்திற்குப் பிறகு செல்லம்மா பேரனைப் பார்த்து சைகையில் கண்ணசை வாய்க் கேட்கிறாள், 'என்னடா சுரேஷ், பொண்ணு ஓகேயா?'

சுரேஷ் முகம் நிறைய மகிழ்வோடு, 'ஓகே பாட்டி. எனக்குப் பொண்ணை ரொம்ப ரொம் பப் பிடிச்சிருக்கு' என்கிறான் சைகையிலேயே.

ஆனால் கல்யாணியிடம் ஓகே வாங்குவது சிரமமே என்று செல்லம்மாவுக்குக் கொஞ்சம் தயக்கம். இருந்தாலும் இனிமேல் சுரேஷ் பெற்ற வளை சரிக்கட்டிக் கொள்வான், என்று மன சுக்குள் சமாதானம்.

ஆனால் பணம், நகை முதலானதுகள தான் படுத்திருக்கையில் உதவவில்லை, மனுஷாளும் குணமும்தான் உதவியது என்பதில் மனசுக்குள் புடம் போட்டு எழுந்திருந்த கல்யாணி, தன் மகன் சுரேஷுக்கு, சுமதிதான் ஓகே என்று ஏற் கெனவே முடிவு பண்ணியிருப்பது சுரேஷுக் கும் செல்லம்மாவுக்கும் இனிமேல்தான் தெரிய வரப் போகிறது.

வெற்றிக்கான தாரக மந்திரம்

பிறரை வாழ்த்தும் பொழுதும், வாழ்த்துக் கடிதங்கள் எழுதும் பொழுதும் 'வாழ்க வளமுடன்' என்ற வார்த்தையைப் பயன்படுத்தும் பொழுதும் ஏற்படும் மகிழ்ச்சி சொல்லில் அடங்கா. வாழ்த்தினை பெறுபவர்களும் இந்தத் தாரக மந்திரத்தில் மகிழ்வதை அனுபவத்தில் கண்டவள் நான். நல்ல வார்த்தை களும் வெற்றிக்கு வித்துதானே!

- சியாமளா ராஜகோபால்.





பில்ராத்



மருத்துவமனை

வயிறு சம்பந்தப்பட்ட
அனைத்து நோய்களுக்கும்
ஓர் முழுமையான
தீர்வு

Rx அல்ட்ராசானிக் முறையில் நவீன
லேப்ராஸ்கோப்பி சிகிச்சை

- அபெண்டிஸைடிஸ்
- கர்ப்பப்பை நோய்
- பித்தப்பை கற்கள்
- அல்சர்
- குடல் இறக்கம்
- ஓவரியில் கட்டி எடுத்தல்
- குடும்பக் கட்டுப்பாடு சிகிச்சை
- சிறுநீரக கற்கள்

மூலநோய்க்கு அறுவை இல்லா

லேசர் சிகிச்சை

கிரையோ சிகிச்சை

மற்றும் STAPLER METHOD

சிறப்பு அம்சங்கள்

* இரத்த இழப்பு இல்லை
* தழும்பு ஏற்படாது
* உடனே பழைய நிலைக்குத் திரும்பலாம்.

BILLROTH HEALTH CHECKUP



BILLROTH HOSPITALS

24 HOURS SERVICE

43, லட்சுமி திரையரங்க சாலை, செனாய் நகர்,
சென்னை - 600 030. போன் : 644 0020 644 1777

ஒழுங்காகத் தலைமுடியை வாரி, முகத்தில் எளிமையான ஒப்பனையுடன், பாந்தமாக உடை உடுத்தி பளிச்சென்றிருக்கும் பெண் எங்கு சென்றாலும் வெற்றி பெறுகிறாள். இவ்வாறு தோற்றமளிக்க ஒருவர் தன்னைத் தானே தயார்ப்படுத்திக் கொள்வதை, அழகுக் கலையில் 'பெர்சனல் க்ரூமிங்' என்று கூறுவார்கள். இதனை வீட்டிலிருந்தபடியே எவ்வாறு செய்து கொள்ளலாம்? எப்போது பார்லரின் உதவியைப் பெற வேண்டும் என்று விளக்கிக் கூறுகிறார் திருமதி. மஹாலக்ஷ்மி. (சென்னையில் மஹா ப்யூட்டி பார்லர், மஹா ப்யூட்டி டிரெயினிங் இன்ஸ்ட்டிட்யூட்டை நடத்தி வருபவர்.)



வீட்டிலேயே

"பிறக்கும்போதே அனைவரும் அழகாகப் பிறந்து விடுவதில்லை. ஒவ்வொரு பெண்ணிற்கும் ஒரு தனிக் கவர்ச்சி உண்டு. எளிமையாக உடை உடுத்தி னால் கூட, அதை உடுத்தும் விதம் அறிந்து, தன்னை அழகுபடுத்திக் கொள்ள வேண்டும் என்ற ஆர்வம், அனைவருக்கும் இருக்க வேண்டும். வெளியே செல் லும் போதும், திருமண விசேஷங்களுக்குச் செல்லும் போது மட்டும் அழகுபடுத்திக் கொண்டால் போதாது. அன்றாட வாழ்வில் தினசரியே தலை முதல் பாதம் வரை கவனமாக, திருத்தமாக அழகுபடுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

தலை : வாரத்திற்கு இருமுறை எண்ணெயைச் சூடுபடுத்தித் தலையில் தேய்த்து நன்கு ஊறிய பிறகு குளிக்க வேண்டும். தலைமுடிக்குப் பயன்படுத்தும் ஷாம்பூவையும், ஹேர் ஆயிலையும் அடிக்கடி மாற்றக் கூடாது. ஐந்து நாட்களுக்கு ஒருமுறை முட்டையின் வெள்ளைக் கரு, தயிர், பாசிப் பருப்பு மாவைக் கலந்து 'பாக்'காக தலையில் போட்டுக் குளிப்பது நல்லது. தலைமுடியின் நுனியில் பிளவுகள் ஏற்பட்டால் மூன்று மாதத்திற்கு ஒருமுறை நுனி முடியை 'ட்ரிம்' செய்து கொள்ள வேண்டும். தலைமுடிக்கு இறுக்கமான பாண்ட் போடுவது, வெயிலில் குடை இல்லாமல் செல்வது, உப்புத் தண்ணீரில் தலைக்குக் குளிப்பது ஆகியவை முடிவளர்ச்சியைப் பாதிக்கும்.

புருவம் : முகத்தைப் பார்த்ததும் தென்படுபவை கண்களும், புருவமும் தான். புருவத்தை மாதம் ஒருமுறை நூலால் திருத்தப்படும் 'த்ரெட்டிங்'

முறையில் சரிசெய்து கொள்ள வேண்டும். 'ப்ளக்கர் ப்ளேட்' போன்றவற்றைப் பயன்படுத்தக் கூடாது. இதனையும் இயற்கையாக இருப்பது போல் செய்து கொள்ள வேண்டும். சிலருக்குப் புருவம் மிகவும் மெல்லியதாக இருக்கும். அவர்கள் படுக்கப் போகும் முன் விளக்கெண்ணெய் தடவிக் கொள்ள வேண்டும்.

கண் : கண்களில் ஏற்படக்கூடிய முக்கியப் பாதிப்பு, கண்களைச் சுற்றி ஏற்படக்கூடிய கரு வளையமே. இவர்கள் நேரம் கிடைக்கும்போது வெள்ளரிக்காயை வட்டமாக வெட்டி கண்ணின் மேல் பதினைந்து நிமிட நேரம் வைத்துக் கொள்ளலாம். உருளைக்கிழங்கைத் துருவி, அவற்றை மெல்லிய பஞ்சின் மேல் வைத்து கண்களின் மேல் போட்டுக் கொள்வதும் நல்லது. வைட்டமின் 'ஈ' எண்ணெய் தடவுவது கண்களுக்கு நல்லது. பச்சைக் காய்கறிகள், பால் சாப்பிடுவது கண்களுக்கு நல்லது. கண்களின் மேல் விளக்கெண்ணெய்த் தடவினால் ஆழ்ந்தத் தூக்கம் வரும். கண்களின் அசதி நீங்கும்.

உதடு : சிலருக்கு உதடு கறுப்பாக இருக்கும். அவர்கள் படுக்கப் போகும் முன் சிறிது கிளசரின் தடவலாம் அல்லது பீட்ரூட்டை வெட்டித்

பார்லர் அழகு!

தேய்க்கலாம். உதட்டில் பனியினால் வெடிப்பு ஏற்பட்டால் வெண்ணெய் அல்லது வாஸலின் தடவலாம். உதட்டிற்கு மேல் சிலருக்கு சிறு முடி வளரும். அதனை 'த்ரெடிங்' முறையில் நீக்குவது நல்லது. எலெக்ட்ராலிஸிஸ் முறையில் நிரந்தரமாகவும் நீக்கிக் கொள்ளலாம்.

பற்கள் : ஒருவருக்கொருவர் பார்த்ததும் நாம் பரிமாறிக் கொள்வது புன்னகையைத் தான். பேசும் போதும், சிரிக்கும் போதும் தென்படும் பற்கள் பளிச்சென்றிருக்க வேண்டும். ஆரோக்கியமாக, வாய் துர்நாற்றமில்லாமலிருக்க பல் டாக்டரிடம் ஆறு மாதத்திற்கொருமுறை காட்டிக் கொள்வது நல்லது. அடிக்கடி மிதமான சூட்டில் உள்ள உப்பு கலந்த வெந்நீரில், வாயைக் கொப்பளிப்பது நல்லது. 'டபுள் சின்' உள்ளவர்கள் காலை, மாலை இரு நேரமும் தாடையை மேல் நோக்கி வைத்துக் கொண்டு வாயைக் கொப்பளிப்பது போல் பாவனை செய்யவும்.

முகம் : நம் உடலுக்கு எப்படி உடற்பயிற்சி செய்கிறோமோ, அதே போல் முகத்திற்கு மாதம் ஒருமுறை ஃபேஷியல் செய்வது நல்லது. முகத்திற்குத் தரப்படும் இப் பயிற்சியால் தொங்கி இருக்கும் சதையைத் தூக்கி விடலாம். இரத்த ஓட்டம் சீராகி முகம் பளபளப்



புது பிளாஸ்டிக் வாளி வாங்கும் பொழுது பொதுவாக எல்லோரும் பிடியிலுள்ள ப்ளாஸ்டிக் உறை அப்படியே இருந்தால் துரு பிடிக்காது என்று எண்ணி நீக்க மாட்டார்கள். ஆனால் உபயோகிக்கும் பொழுது தண்ணீர் உறைக்குள் சென்று நாளடைவில் துருப்பிடித்து கைப்பிடி உடைந்து விடும். ஆகையால் வாங்கியவுடன் உறையை எடுத்து விடவும்.

- ஜே. லதா

பாகப் பொலிவுடனும், அழகாகவும் இருக்கும். வீட்டிலேயே ஒரு மூலிகை பாக் செய்து வைத்துக் கொண்டால் வாரம் ஒருமுறை பன்னீரில் குழைத்து முகத்தில் போட்டால் வடுக்கள், பருக்கள் நீங்கி பொலிவுடன் இருக்கும்.

தேவையான பொருட்கள் :

பாசிப் பயறு - தோல் மினுமினுப்பிற்கு

ஆவாரம்பூ, ஆவாரம் இலை - தோல் பளபளப்பிற்கு.

கஸ்தூரி மஞ்சள் - தோல் மிருதுவாக, ப்ளீச் செய்ய

பூலாங் கிழங்கு - ப்ளீச்சிங் செய்ய

சந்தனம் - குளிர்ச்சிக்காக.

கிச்சிலிக் கிழங்கு - கரும்புள்ளி நீங்க.

ரோஜா இதழ், வெட்டி வேர் - வாசனைக்காக.

இவற்றைக் காயவைத்துப் பொடி செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

கழுத்து : சிலருக்குக் கழுத்துப் பகுதி மட்டும் கறுப்பாக இருக்கும். அதற்கு முக்கியக் காரணம் பயன்படுத்தும் முகப் பவுடரில் உள்ள கெமிக்கல் பொருள் கழுத்தில் அணிந்திருக்கும் நகையுடன் சேர்ந்து ஏற்படுத்தும் ரசாயன மாற்றமே. சிலருக்கு நாகரீக இமிடேஷன் நகைகள் ஒத்துக் கொள்ளாமலும் கறுப்பாகலாம். கோதுமை மாவு, ஓட்ஸ் பவுடர், பாசிப் பயறு மாவு ஆகிய மூன்றையும் எலுமிச்சைச் சாறு கலந்து முகத்தில் தேய்த்து வர நாளடைவில் கறுப்பு நீங்கும். தினமும் ஒரு க்ரீம் அல்லது மாய்ஸ்ட்டுரைஸர் கொண்டு இரவில் மஸாஜ் செய்து விட்டுப் படுப்பது நல்லது.

மார்பகங்கள் : நாம் குளிக்கும் போது மேல் நோக்கியவாறு மஸாஜ் செய்து கொள்வது நல்லது. அந்தச் சமயத்தில் ஏதேனும் கட்டியோ, வீக்கமோ இருக்கிறதா என்றும் பரிசோதனை செய்து கொள்வது நல்லது. இரவில் படுக்கப் போகும் போது, தளர்வான ஆடைகளை அணியலாம்.

கைகள் : கைகளையும், விரல்களையும் கவனமாக அக்கறையாகச் சுத்தமாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். நக இடுக்குகளில் அழுக்குச் சேராமல் கவனித்துக் கொள்ள வெந்நீரில் சிறிது உப்பு, பாதி எலுமிச்சைப் பழத்தின் சாறை சேர்த்து, சிறிது ஷாம்பூ ஊற்றி அதில் கைகளை நனைத்து, பத்து நிமிடம் ஊறவைக்கவும். பிறகு நல்ல மானிக்யூர் கருவிகள் கொண்டு நகங்களைச் சுத்தம் செய்ய வேண்டும். நகங்களுக்குத் தரமான நெயில் பாலீஷை போட்டுக் கொள்ளலாம்.

நகங்களில் காய்கறிகளை நறுக்கும் போது கறை படிந்து விடக்கூடும். அதனால் காய்கறி நறுக்கும் போது கைகளில் சிறிது எண்ணெய் தடவிக் கொண்டால் கைகளும், நகங்களும் கறை படாதிருக்கும். துணி தோய்க்க, பாத்திரம் கழுவ சோப் பவுடர்களைப் பயன்படுத்திய பிறகு கைகளை நன்றாகக் கழுவித் துடைத்து சிறிது மாய்ஸ்டுரைஸர் க்ரீம் தடவிக் கொள்ள வேண்டும்.

இடுப்பு : சிலருக்கு இடுப்பில் சதை அதிகப்படியாகத் தொங்கும். இதனை சரி செய்ய, தகுந்த உடற்பயிற்சி மூலமும், நல்ல டயட் உணவை உண்பதன் மூலமும் முயற்சி எடுக்கலாம். இதற்கு ஹிப் வாக், ட்விஸ்டர் போன்ற மெஷின்களில் உடற்பயிற்சி செய்யலாம். வீட்டில் கூட இடுப்பைத் திருப்பி அசைத்துப் பயிற்சி செய்ய வேண்டும். தினமும் நடைப்பயிற்சி செய்வது மிகவும் நல்லது.

வயிறு : குழந்தை பிறந்த பிறகு பெண்களுக்கு வயிற்றில் பிரசவ அடையாளம் இருக்கும். அதைப் போக்க மஞ்சளையும், நல்லெண்ணெயையும் கலந்துத் தேய்க்கலாம். ஆலிவ் எண்ணெய் அல்லது வைட்டமின்-ஈ எண்ணெய்த் தடவி மேல்நோக்கி மஸாஜ் செய்தால் பிரசவ அடையாளங்களைப் போக்கலாம்.

உடல் : அநேக பெண்களுக்கு இன்று இருக்கும் முக்கியப் பிரச்னை உடற் பருமனே. இதற்கு மிக முக்கியக் காரணங்கள்

Machines approved by FDA & European Economy Council

Health and Beauty Clinic



Hair Scanning & Consulting **Free**

பொடுகா? வழுக்கையா? முடி உதிர்தலா?
புழுவெட்டா? இந்தியாவிலேயே முதன்முறையாக

- ★ உடல் எடையைக் குறைக்க... ★ வேண்டாத ரோமங்களை நீக்க...
- ★ மார்பகத்தை பெரிதாக்க, சிறிதாக்க... ★ அறுவை சிகிச்சையின்றி முகச்சுருக்கம் போக்க...
- ★ Acne, பரு, மங்கு மற்றும் மருநீக்க... ★ முகக்கருப்பை போக்க... ★ முகத்தை பொலிவாக்க...
- ★ ஹைடெக் ஃபேஷியல்ஸ்... ★ பெர்மனன்ட் மேக்கப்

பொடுகு பிரச்சினையா? புழுவெட்டா?

கவலை வேண்டாம்! இந்தியாவிலேயே முதன்முறையாக Hair Scannerரால் பொடுகின் அளவைப்பார்த்து Imported Machines மற்றும் மூலிகைகளினால் பொடுகிற்கு நிரந்தர தீர்வு அளிக்கப்படுகிறது.

முடி வளரவேண்டுமா?

முடி உதிர்தலினால் வழுக்கையாகி விடுமோ என்ற பயம் வேண்டாம். எங்களின் மருத்துவர்கள் முடி சாம்பிள்ஸ் எடுத்து டெஸ்டிங் செய்து மயிர்க்கால்களை (Hair Follicle) வலுப்படுத்தும் Root Stimulation என்ற சிகிச்சையினால் முடி கால்களை வலுப்படுத்தி எந்தவிதமான முடி உதிர்தல் பிரச்சினைக்கும் தீர்வு அளிக்கப்படுகிறது.



உடல் எடையைக் குறைக்க

ஐரோப்பாவின் அதி நவீன கருவிகளைக் கொண்டு, Diet மற்றும் Side Effects அற்ற FDA-வால் அங்கீகரிக்கப்பட்ட உடல் எடையைக் குறைக்கும் சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது.

முடி பிரச்சினைகளுக்கு

Australian Trichology System மூலம் நிரந்தர தீர்வு

Trichology-ன் மூலம் முடியில் உள்ள மூலப் பிரச்சினையை ஆராய்ந்து, நிரந்தர தீர்வு நவீன முறையில் அளிக்கப்படும்.


Before


After

AMERICAN HAIR BONDING & WEAVING SYSTEMS

வழுக்கை தலை உள்ளவர்களுக்கு Bonding & Weaving முறைகள் மூலம் நிரந்தர தீர்வு.


Before


After

நிறுவனர் திருமதி Praba Reddy

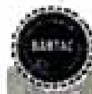
(Member in British Association of Beauty Therapy and Cosmetology)

D.T.E., B.T.H.D., M.A., M.S., Dip. in Bridal Dressing (Singapore)

Cinema Secrets Hollywood Makeup (London) World Dip. in Hair Colouring (Paris)

Chennai Clinic :
#15, new giri road, g.n. chetty road, (near apollo cliniq), t.nagar, chennai - 17.
ph : 28260064, cell : 98412 77688, 98423 33777 email : carolinpraba@yahoo.com

Head Office:
PRABA'S HERBAL BEAUTY CLINIC
116, Bussy Street, Pondicherry - 1.
Ph : 0413-2348920, 21, Cell : 98423 33777



La Praba

ஆண், பெண் இருபாலருக்கும் Govt. recognised Beautician Course சிறந்த முறையில் அளிக்கப்படும்.

ஆண், பெண் இருபாலருக்கும் பிரத்யேக BEAUTY PARLOUR வசதி உண்டு

உடற்பயிற்சி இல்லாததும், கொழுப்புச் சத்து நிறைந்த உணவைச் சாப்பிடுவதும் தான். அந்த நாளில் பெண்கள் நிறைய வீட்டு வேலை செய்தனர். அதே போன்ற பயிற்சிகளை இன்று மெஷின்கள் மூலம் செய்ய முடியும். உணவுக் கட்டுப்பாட்டையும், உடற் பயிற்சிகளையும் மேற்கொண்டால் கொடி இடையைப் பெறாவிட்டாலும், ஓரளவிற்கு ட்ரிம்மான தோற்றம் பெறலாம்.

காலையில் எழுந்தவுடனே காப்பி, டீ பருகாமல் இளஞ்சூடான வெந்நீரில் எலுமிச்சம் பழம் பாதி பிழிந்து தேன் கலந்து குடித்து வந்தால் உடல் இளைக்கும். அரிசி உணவைக் குறைத்து கேழ்வரகு, ஓட்ஸ் கஞ்சி, பச்சைக் காய்கறிகள், பழச்சாறு, நீர் மோர், இளநீர் ஆகியவற்றைச் சாப்பிடலாம். குறிப்பாக மாமிச உணவு, இனிப்பு வகைகளைத் தவிர்ப்பது நல்லது. குறைந்தது எட்டு தம்ளர் தண்ணீர் அருந்தவும்.

கால்கள், பாதம் : பாதங்களில் முக்கியமாக ஏற்படும் பாதிப்பு, பாத வெடிப்புகளே. இதற்கு மருதாணி தடவலாம். தினமும் வாஸ்லின் தடவி வந்தாலும் வெடிப்பு மறையும். நம் உடல் எடையை நாள் முழுவதும் தாங்குவதால் வெடிப்பு ஏற்படலாம். மழை நீர், சேறு சகதியில் நடப்பதால் பித்த வெடிப்பு ஏற்படலாம். ஒரு டப்பில் மிதமான சுடுநீரில் உப்பு, எலுமிச்சைச் சாறு, சிறிது ஷாம்பூ கலந்து அதில் பாதங்களை ஊற வைக்கவும். பிறகு வெடிப்பு உள்ள பகுதியை ஸ்க்ரப்பர் அல்லது ப்யூமிங் கல் கொண்டு தேய்த்தால் காய்ந்த சதைப் பகுதி உதிர்ந்து விடும். நகங்களை வெட்டி விட்டு, நகப்பூச்சு போட்டுக் கொள்ளவும். வெடிப்பு இல்லாவிட்டாலும், நிறைய நேரம் நின்றாலோ, அதிகம் நடந்தாலோ கால் வலி ஏற்பட்டால் சூடான தண்ணீரில் கால்களை அரை மணி நேரம் வைத்துக் கொண்டால் வலி நீங்கும்.

மேக்-அப் : இருக்கின்ற அழகை சற்று மேம்படுத்திக் காட்டவே பெண்கள் மேக்-அப் போட்டுக் கொள்கின்றனர். இதனை முறையாக எப்படிச் செய்து கொள்ளலாம்?

வெளியே செல்லும் அவசரத்தில் வேகமாக முகத்தில் பவுடர் போட்டுக் கொள்வது தவறு. வியர்வையுடன் சேர்ந்து திட்டுத் திட்டாக, அசிங்கமாகத் தெரியும். நம் உடல் நிறத்திற்கு ஏற்ற காம்பாக்ட் பவுடரை வாங்கி வைத்துக் கொள்ளவும். வியர்வை அதிகம் ஏற்படுபவர்கள் முதலில் ஐஸ் கட்டியால் முகத்தைத் துடைத்துக் கொண்டு, காய்ந்த துண்டால் ஒற்றி எடுத்துப் பிறகு, காம்பாக்ட் பவுடரை மெல்லியதாகப் பூசிக் கொள்ளவும்.

கண்களுக்கு 'ஐ' லைனரும், தேவைப்பட்டால் மஸ்காராவும் ஐ ஷாடோவும் போட்டுக் கொள்ளலாம். எளிய மேக்-அப் பிறகு ஐ லைனர் மட்டும் போதும். உடல் நிறத்திற்கும், அணியும் உடைக்கும் ஏற்றவாறு லிப்ஸ்டிக் போட்டுக் கொள்ளவும்.

உடை : நம் உடல்வாகிற்கு ஏற்ற உடை, புடைவைகளைத் தேர்ந்தெடுக்கவும். உடல் பருமனாக உள்ளவர்கள் இறுக்கமான உடைகளைத் தவிர்க்க வேண்டும். அவரவர் உடல் அமைப்பிற்கு ஏற்ற நிறம், டிசைன் உள்ள உடைகளைத் தேர்ந்தெடுக்கும் அழகுணர்வை வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். ஆள் பாதி, ஆடை பாதி என்ற பழமொழியைக் கருத்தில் கொள்ள வேண்டும். அதற்காக விலை உயர்ந்த, அழுத்தமான நிறம் கொண்ட அதிக விலை புடைவைகளையோ, அதிக நகைகளையோ அணிய வேண்டும் என்பதில்லை. எளிமையான உடையும், மெல்லிய நகைகளும், குறைந்த அளவு மேக்-அப்புமே கம்பீரமான, கண்ணியமான தோற்றத்தைத் தரும்.

— ராஜ்யஸ்ரீ சந்திரசேகர்

என் தோழியின் மகள் (7 வயது) பிறந்த நாளுக்குச் சென்றிருந்தேன். பார்ட்டியில், ஏழு வயது முடிந்து எட்டாம் வயது ஆரம்பம் என்பதால் ஏழு மெழுகுவர்த்தி ஏற்றி விட்டு எட்டாம் மெழுகு வர்த்தி ஏற்றும் போது அனைவரும் கைதட்டி, 'ஹேப்பி பர்த்டே' பாடினோம். இப்படிச் செய்யலாமே!

- கீ. மங்களா.



வருடாந்திர தள்ளுபடி விற்பனை

9, 10, 10½ Yards also availbale



10% முதல் 20%* வரை

மார்ச் மாதம் முழுவதும்

01-03-2003 முதல் 31-03-2003

ராணி சாரீஸ் மற்றும் அனைத்து மாநில காட்டன் புடவைகள், ஒரிசா காட்டன், மைசூர் சில்க், ஒரிஜினல் கத்வால், காஞ்சி காட்டன், பாலிகாட், ஸ்பன் காட்டன், சில்க் காட்டன், மெர்ஸ்ரைஸ்டு, ஒரிசா சில்க், மங்களகிரி, பட்டுப் புடவைகள், பாவஞ்சி பாவாடைகள், வேஷ்டிகள், டவல், சுடிதார் மெடிரியல் போன்றவை எங்களிடம் தரமான நியாயமான விலையில் கிடைக்கும்.

*conditions apply

ரூ.10,000 க்கு மேல் வாங்குபவர்களுக்கு ரூ. 500 மதிப்புள்ள சிறப்பு பரிசு உண்டு.*

வாடிக்கையாளரின் விருப்பத்திற்கேற்ப ஆர்டரின் பேரில் புடவைகள் நெய்து தரப்படும்.



சாந்திமணி சாரீஸ்

கடை எண் : 5, அடித்தளம், கோகுல் ஆர்கெட், எண்:2, சர்தார் பட்டேல் ரோடு, (அடையார், சிக்னல் அருகில்) அடையார், சென்னை - 20 போன்: 24451309

Tailoring undertaken
Starching & Polishing all Sarees.

ஞாயிறு கடை உண்டு

Wholesale & Retail
All Major Credit Cards accepted

*இந்த விளம்பரத்தை நேரில் கொண்டு வருபவர்களுக்கு மேலும் விசேஷ சலுகை உண்டு.

DISCOUNT SALE



ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம்



72, காமராஜ் சாலை, பழைய பெருங்களத்தூர்,
(வழி) தாம்பரம், சென்னை - 63. போன்: 22760612.
City Office: No.7, முதல் மாடி, வேலு தெரு, மேற்கு மாம்பலம்,
(அயோத்யா மண்டபம் அருகில்) சென்னை - 600 033. போன்: 23714942.

ஏழை மாணவர்களுக்கு உதவுங்கள்

பேரன்புடையீர்! வணக்கம்

நம் சக்தி பீடத்தின் சார்பில் கடந்த 14 ஆண்டுகளாக நடைபெற்று வரும் "ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண சேவா குருகுலத்தில்" தாய், தந்தையற்ற, திக்கற்ற மற்றும் வறுமை கோட்டின் கீழ் வாழும் 180 மாணவ மாணவிகளும் தங்கி படித்து வருகின்றனர்.

நாள்தோறும் இறைவழிபாடு, கூட்டு பிரார்த்தனை, பகவத்கீதை பாராயணம் ஆகியவைகளுடன், நல்ல கல்வி, காலை, மாலை உடற்பயிற்சி ஆகியவைகள் அளிப்பதுடன் உணவு, உடை, தங்குமிடம் ஆகியவைகளும் இலவசமாக வழங்கப்பட்டு நல்ல முறையில் வளர்ந்து வருகிறார்கள்.

மேலும் பகவான் ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ணர், சுவாமி விவேகானந்தர் ஆகியோர்களின் உயர்ந்த லட்சியங்கள் போதிக்கப்படுவதுடன், சமுதாய சேவை பயிற்சியும் அளிக்கப்படுகிறது.

இக்குருகுலத்தின் பராமரிப்பு செலவு முழுவதும் நன்கொடையாளர்கள் அளிக்கும் உதவிகள் மூலம் மட்டுமே நடைபெற்று வருகிறது. ஆகவே, தாங்கள் இப்புனிதப் பணிக்கு தங்களால் இயன்ற உதவியைச் செய்யும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

• காலை சிற்றுண்டி (180 பேருக்கு)	ரூ.	1,000/-
• மதிய உணவு	ரூ.	2,000/-
• இரவு சிற்றுண்டி	ரூ.	1,000/-
• இனிப்பு மற்றும் பால் வழங்குதல்	ரூ.	1,000/-
• ஒரு மாணவனுக்கு ஓராண்டிற்கு கல்வி உதவித் தொகை	ரூ.	1,000/-
• ஒரு மாணவனுக்கு பராமரிப்பு செலவு ஓராண்டிற்கு (உணவு, உடை, கல்வி)	ரூ.	12,000/-
• குருகுலத்தின் ஒரு மாதத்திற்கான பராமரிப்பு செலவு	ரூ.	2,00,000/-

மேலும் தங்களின் பிறந்த நாள், திருமண நாள், குழந்தைகளின் பிறந்த நாள், தொழில் / வியாபாரம் தொடங்கிய நாள், மற்றும் இதர பண்டிகை நாட்களான தீபாவளி, பொங்கல், கிறிஸ்துமஸ், ரம்ஜான் போன்றவைகளில் மாணவர்களுக்கு சிறப்பு விருந்து ஒன்றை அளித்து அவர்களுடன் மகிழ்ச்சியை பகிர்ந்து கொள்ளலாம்.

தாங்கள் அளிக்கும் தொகை எவ்வளவு சிறியதாக இருந்தாலும் அன்புடன் ஏற்றுக்கொள்கிறோம். தங்கள் நன்கொடைகளை "ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம்" என்ற பெயருக்கு **Cheque / DD / MO** மூலம் அனுப்பி வைக்கும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

இறைவன் தொண்டில்

சுவாமி ஸ்ரீ ஸர்வாத்மானந்தர்

A. ராஜாபக்கிரிசாமி MSc., MEd.,

நன்கொடைகளுக்கு 80G பிரிவின்படி வருமானவரி விலக்கு உண்டு

சகோதரிகளுடன் கலந்துரையாடல்

நட்பு வட்டம்



மஞ்சுளா ரமேஷ்

குமாரி சாந்தாராம், சென்னை - 4.

முகம் பளபளக்க, உதடு சிவக்க, கால் வெளுக்க என்றெல்லாம் டிப்ஸ் தருபவர்கள், 'மனம் வெளுக்க என்ன உண்டு மாரியம்மா' என பாரதி எழுதியது போல், மனம் மலர ஒரு சிறப்பிதழ் வெளியிட்டால் என்ன? உங்களைத் தான் கேட்கிறேன்!

இந்த மாதிரி 'எடுத்தேன், கவிழ்த்தேன்' என நம்முடைய சகோதரிகளே பேசும் போது தான் வருத்தமாக இருக்கிறது. முகம் வெளுக்க... இத்யாதிகளை மட்டுமா நாம் சொல்கிறோம்? நாம் நடத்தும் அழகிப் போட்டியில் கூட பண்பை அல்லவா பார்க்கிறோம்? நட்பு வட்டச் சகோதரியே, வேண்டாமே இந்த வார்த்தை விளையாட்டுக்கள்.

ச. சித்ரா சத்தியநாதன், இரவாஞ்சேரி.

விஞ்ஞானத்தில் முன்னேற்றம் கண்டுள்ள இந்தியா பொருளாதாரத்தில் தன்னிறைவு அடைவது எப்போது?

நம் நாட்டில் தனிமனித ஒழுக்கம், சுயக் கட்டுப்பாடு ரொம்பக் குறைச்சல். நாலு பேர் என்ன சொல்வார்களோ என்ற யோசனையில் தான் எல்லா ஒழுக்கங்களும், நேர்மை நியாயமும் தொங்கிக் கொண்டிருக்கின்றன. அதனால்தான் லஞ்சம் முதல் பல ஒழிக்கப் படாத சமூகச் சீரழிவுகள் உள்ளன. இங்கு ஒவ்வொருவரும் சுயக் கட்டுப்பாடு, சுய கண்ணியம் என உயரும் போதுதான் பொருளாதார உயர்வும் ஏற்படும்.

மாலதி, திருநீலக்குடி.

ஆமாம் சகோதரி, ஏற்கெனவே அறிவித்த அந்த "முதல் பத்து பெண்மணிகள்" முடிவை இன்னும் ம.ம. அறிவிக்கவில்லையே ஏன்?

மறக்காமல் பிடித்து மாட்டி விட்டீர்களா? உண்மையை ஒத்துக் கொள்ள வேண்டுமானால், அதில் பல சங்கடங்கள் ஏற்பட்டன என்றுதான் சொல்ல வேண்டும். வாசகர்கள் ஏகோபித்து முடிவெடுத்து, வெற்றி பெற்றவரைச் சந்தித்துத் தகவல் கூடச் சொல்ல முடியவில்லை. அப்படிப்பட்ட பாராட்டு விழாவை நடத்த வேண்டுமா என்று யோசனை. இரண்டாமவர் பிரபல நடிகை. அவருக்கு அந்தச் சமயத்தில் ஏகப்பட்ட பாராட்டு விழாக்கள். பத்தோடு ஒன்றாக நம்முடையதும் ஆகிவிடும். மூன்றாமவர்... அட போங்க, வெட்கமா இருக்கு!

இந்த மாதிரி சூழ்நிலையில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக ஒளிந்து கொண்டதுதான் அந்த அறிவிப்பு முடிவுகள்.

ஆர். கவிதா, சீர்காழி.

தியானம், யோகாசனம் போன்ற பயிற்சிகளை ஒரு குருவிட

மிருந்து கற்றுக் கொள்ள வாய்ப்பில்லாதவர்கள், பத்திரிகைகளில் படங்களுடன் கூடிய விளக்கவுரைகளைப் பார்த்துக் கற்றுக் கொள்ளலாமா? அதனால் ஏதேனும் பக்க விளைவுகள் ஏற்பட வாய்ப்பு உண்டா? உங்கள் பதிலை ஆவலுடன் எதிர்பார்க்கிறேன்.



யோகாசனங்களில் சில எளிய பயிற்சிகள் இருக்கின்றன. அவற்றைச் செய்யலாம். அவை எவை என்பதை, அந்தப் புத்தகத்தில் இருக்கும் படங்களைப் பார்த்தே தெரிந்து கொள்ளலாம். தியானம் என்றால் என்ன என விளக்குகிறார்கள். எனவே இதையும் செய்ய ஆரம்பிப்பது தவறில்லை. மிக ஆழ்ந்த நம்பிக்கையோடு இவற்றைச் செய்பவர்களுக்குத் தானாக வழி திறந்து குருவும் அகப்படுவார்.

தியானம் - மனதில் எண்ணங்களே இல்லாமல் வெறுமனே அமர்ந்திருக்க முயலுவது தான். இருக்கப் பழகுங்களேன்!

சியாமளா சுவாமிநாதன், திருவனந்தபுரம்.

வாழ்க்கையில் நீங்கள் சாதிக்க வேண்டும் என்று நினைத்ததை - (பத்திரிகை ஆசிரியராக - குடும்பத் தலைவியாக) எத்தனை தூரம் நிறைவேற்றினீர்கள்? இன்றைய காலகட்டத்தில் மகளிர் முன்னேற்றம் எதில் வர வேண்டும் என்று நீங்கள் நினைக்கிறீர்கள்?

உண்மையைச் சொல்ல வேண்டுமானால் நான் இப்படியெல்லாம் ஆக வேண்டும் என்று பெரிதாகத் திட்டமிட்டுச் செயல்பட்டவளில்லை. எனக்கென வந்த கடமைகளை 100% முழு தீவிரத்தோடு உண்மையாக நிறைவேற்றப் பாடுபட்டேன். அவ்வளவுதான். பெற்றது - உங்களைப் போன்ற அருமையான நட்பு வட்டத்தை.

இன்றைய மகளிர் வெளி உலகத்தில் வெற்றி பெற எவ்வளவோ விஷயங்களைப் பக்குவமாகக் கையாளுகிறார்கள். வீட்டில் குடும்பம் வெற்றி பெறவும் அவற்றை மேற்கொண்டால் இன்றையக் குழந்தைகளும், நாளைய சமுதாயமும் நன்றாக இருக்கும். 'ஆ... நாங்கள்தான் எல்லாவற்றையும் அட்ஜஸ்ட் செய்ய வேண்டுமா...' என நிறைய எதிர்ப்புக் குரல்கள் கேட்கின்றன. மற்றவர்களுக்கும் உணர்த்துவோம் தோழி. ஆனால் அவர்கள் உணரும் வரை, நம் குழந்தைகளின் கண்களில் ஏக்கம் இல்லாமல் அவர்கள் எதிர்காலம் சிறக்க இவற்றையெல்லாம் நாம் சுமக்கலாம் இல்லையா?

திருமதி ஜானகி தர்மராஜன், மும்பை.

பெரும்பாலான பெற்றோருக்குத் தங்கள் விடலைப் பருவத்துப் பிள்ளைகளைச் சமாளிப்பது பெரும் சவாலாகவே உள்ளது. 'மிடில் ஏஜ்'

என்னுடைய மகனுக்கு (வயது 12) மலேரியா நோய்க்காக ஸ்கேன் பண்ண வேண்டி வந்த பொழுது பித்தப் பையில் இரு கற்கள் இருப்பது கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. அவன் வயதுக்கு அவைகள் சற்றுப் பெரிய கற்கள் **(1. 10mX8mm, 2. 9mmX5mm)** என்பதாலும், கற்களைக் கரைப்பதற்கு அலோபதியில் மருந்து இருக்கிறது என்றாலும் அதற்கு நீண்ட நாள் சிகிச்சை தேவைப்படும் என்பது மட்டுமல்ல, பின்விளைவுகளும் அதிகம் என்பதாலும், இதற்கு அறுவை சிகிச்சை செய்து பித்தப் பையை அகற்றுவதே சரியான சிகிச்சை என்று மருத்துவர்கள் கூறுகிறார்கள்.

இரு மருத்துவமனைகளுக்குச் சென்று இதற்குரிய இரு மருத்துவர்களிடம் காட்டி இந்தத் தகவலை உறுதி செய்தாகி விட்டது. கடுமையான வாந்தி, வயிற்று வலி, மஞ்சட் காமாலை போன்றவை வருவதற்கு முன்பாக, பிரச்சினை எதுவும் இல்லாமல் இருக்கும் பொழுதே (இப்பொழுது எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை) சிகிச்சை செய்வது நல்லது என்கிறார்கள்.

ஆனால் தெரிந்தவர்களும், உறவினர்களும் ''அவசரப்படாதீர்கள், பிரச்னை எதுவும் இல்லையே, இந்தச் சிறு வயதிலேயே கால்-பிளாடரை எடுத்து விட்டால் ஜீரணக் கோளாறுகள் வரும். எனவே ஹோமியோபதி, சித்தா என்று பாருங்கள். நிச்சயம் ஏதாவது வழி இருக்கும்'' என்கிறார்கள்.

என்னுடைய கோரிக்கை என்னவென்றால், மருந்து கொடுத்துக் கரைப்பதாக இருந்தாலும் சரி, மேலும் கற்கள் உருவாகாமல் இருக்கக்கூடிய வழிமுறைகளைச் செய்தாலும் சரி, அவைகளால் பின்விளைவுகள் இல்லாத சிகிச்சை உண்டா?

மேலும் நாம் சாதாரணமாக எடுக்கின்ற உணவுப் பொருட்களில் இதைக் கரைப்பதற்கு ஏற்ற உணவு வகை உண்டா? குழப்பங்களும், கேள்விகளுமாக இருக்கிறேன். உதவுங்களேன்.

- பெயர் வெளியிட விரும்பாத வாசகி.

தந்தைக்கு வீடு, அலுவலகம் இரண்டிலும் அதிக பொறுப்புக்களைச் சுமக்க வேண்டிய கட்டாயம். தாய்க்கோ_ நாற்பதைத் தாண்டி விட்டால் "மெனோபாஸ்" சங்கடங்கள், மேலும் பலவித மன உளைச்சல்கள், பிள்ளைகள்.... அந்த வயதுக்கே உண்டான பிடிவாதம், 'ஈகோ' இவற்றால் அலைக்கழிக்கப்படுகிறார்கள்.

'அடலசன்ட் ஏஜ்' பிள்ளைகளுக்கு அன்பும், அரவணைப்பும், அனுசரணையான கவனிப்பும் மிகவும் தேவைதான். ஆனால், பெற்றோருக்கு அவர்களைப் பொறுமையுடன் அணுகி, புரிந்து கொள்ள, உடல்நிலை, மன நிலை இரண்டும் இடங்கொடுப்பதில்லை. முடிவில் இரு பக்கமும் கோபமும், மனவேதனையுமே மிஞ்சுகிறது. அவர்களுக்குள் இருக்கும் உண்மையான அன்பும், பாசமும் அடிபட்டுப் போகிறது.

இந்தப் பிரச்னையை எப்படி எதிர் கொள்வது என்று தெரியாமல் திண்டாடும் என் போன்ற பெற்றோருக்குத் தங்கள் அறிவுரை என்ன?

சின்ன வயதில் காற்றாடி விட்டிருக்கிறீர்களா? அல்லது பார்த்திருப்பீர்கள். குழந்தைகள் வளர்ப்புத் தத்துவமே அதில் அடங்கியிருக்கிறது. காற்றாடியை மேலே ஏற்றி விண்ணில் பறக்கவிட வேண்டும். ஆனால் கயிறு நம் கையில்தான் இருக்கும். காற்றாடியின் கயிறு யாரிடம் இருக்கிறது என பார்ப்பவர்களுக்குத் தெரியாது.

சின்ன வயதிலிருந்தே குழந்தைகளை நட்பு, அன்பு, கண்டிப்பு என, கொடுக்க வேண்டிய சமயத்தில் கொடுத்து வளர்த்தால் அவர்கள் பெரியவர்கள் ஆன பிறகு தொல்லை இல்லை. சரி, பெரியவர்களாகி விட்ட இப்போதைய பிரச்னைக்கு என்ன செய்யலாம்? நட்பான அணுகுமுறைதான் அவசியம். அவர்கள் என்ன செய்ய வேண்டும் என்று நீங்கள் தீர்மானிக்காதீர்கள்.

ரொம்ப முற்றிய நிலை என்றால் சீரியஸாகவே ஒருநாள் அமர்ந்து அவர்களோடு பேசலாம். உங்கள் உணர்வுகளை நீங்கள் கொட்டுவது போல, அவர்களையும் முழுமையாகப் பேசச் சொல்லுங்கள். இருவரும் தெளிவுபடுத்திக் கொண்டு விட்டால் அப்புறம் சரிபண்ணிக் கொள்ளலாம். குழந்தைகள்தானே, பாசம் எங்கே போய்விடும்?



மரகதம் சம்பத், வேலாயுதபட்டணம்.

பெண்ணாகப் பிறந்தவளுக்கு வாழ்க்கையில் மகிழ்ச்சி என்பது குடும்பத்தவரை மகிழ வைப்பதில்தான் உள்ளதா சகோதரியாரே?

பெண்ணுக்கு மட்டுமில்லை. எல்லோருக்குமே அடுத்தவரை மகிழ வைப்பதில்தான் வாழ்க்கையின் வெற்றி அமைகிறது. இந்த இரகசியத்தைச் சரியாகப் புரிந்து கொண்டு விட்டால் நிறைய சாதிக்கலாம்.

சுபா ஸ்ரீதர், குஜராத்.

1. நாங்கள் எங்கள் படைப்புகளை எந்த தேதிக்குள் வந்து சேருமாறு அனுப்ப வேண்டும்?

2. எங்கள் கட்டுரைகள் தேர்வானால் உடனே பத்திரிகையில் வந்து விடுமா? அல்லது நாங்கள் அனுப்பும் தேதிகளை வைத்து அடுத்தடுத்து இதழ்களில் வருமா?

3. அப்படி எங்கள் கட்டுரைகள் தேர்வாகவில்லை என்பதை எப்படித் தெரிந்து கொண்டு, எங்களுடையதை திரும்பப் பெற கவரிலோ ஸ்டாம்பிட்ட அஞ்சலுறையை எப்பொழுது அனுப்ப வேண்டும்? இரண்டு இதழ்கள் வரும் வரை காத்திருக்கலாமா?

4. எந்த விலாசத்திற்கு படைப்புகள் அனுப்ப வேண்டும்? வெறும் மங்கையர் மலர் என்று போட்டு அனுப்பினால் போதுமா? ஏதேனும் குறிப்பிட்ட விலாசம் இருக்கா?

அடேங்கப்பா, கேள்வி மயம். 1. பொதுவான கட்டுரைகளை எப்பொழுது வேண்டுமானாலும் அனுப்பலாம். குறிப்பிட்ட கால கட்டத்திற்கு உரியதை (உ.ம். - ஒரு தேர்தல் முடிவு (அ) கல்பனா சாவ்லா மரணம்) உடனே அனுப்ப வேண்டும். நாளாகி விட்டால் செய்தி நமுத்து விடும். 2. அது கட்டுரையின் தன்மையைப் பொறுத்தது. சிலது ரொம்ப நல்லா இருக்கே என உடனே போடத் தோணும். சரி, பார்க்கலாம் என சிலதை வைத்திருக்கலாம். 3. ஒவ்வொரு நாளும் நூற்றுக்கணக்கான படைப்புகள் வரும். இரண்டு மாதம் கழித்து 'நான் இத்தனாந்தேதி அனுப்பினேன், இப்போது ஸ்டாம்ப் அனுப்பியிருக்கிறேன், திருப்பி அனுப்புங்கள்' என்றால் சரியாகுமா? தேர்வாகாத கட்டுரை உங்களுக்குத் தேவையெனில், ஸ்டாம்ப் ஒட்டிய கவரை படைப்போடு அனுப்பி விடுங்கள். தேர்வு பெறாவிட்டால் உடனே அனுப்பி விடுவார்கள்.

எத்தனை நாளில் என்பதற்கு ஒவ்வொரு பத்திரிகையும் ஒவ்வொரு கால அளவு வைத்திருக்கலாம். 4. பத்திரிகை அலுவலக முகவரி கடைசிப் பக்கத்தில் அல்லது ஆசிரியர் முதலான விவரங்களை வெளியிடும் பக்கத்தில் இருக்கும்.

ISO 9002 CERTIFIED COMPANY

விழாக்காலம்!
உங்கள் சமையலறையில்
விழாக்கோலம்...
சௌபாக்யா



Sakthi



Shree

TABLETOP TILTING GRINDER



110 volts also available for use in USA and Canada

SOWBAGHYA®

- 32-A, North Usman Road, T. Nagar, Chennai 600 017. Ph: 8342908, 8343547, 8341760
- 5, Hasthinapuram Main Road, Chrompet, Chennai 600 044 Ph: 223 4420
- 314, Perundurai Road, Erode 638 011. Ph: 0424-260245 / 269965
- 162, Veerapillai Street, Bangalore 560 001. Ph: 080-532 0627

e-mail: sowbaghya@eth.net Website: www.sowbaghya.com

- **MADRAS STORES,** Karol Bagh, New Delhi. Ph: 011-5722798, 6197104.
- **SKB ENTERPRISES,** #2, Meshack Market (Near Bus Stand), Port Blair, Andaman, PIN: 744101

Sri Lanka:
GOODVALUE DISTRIBUTORS (PVT.) LTD., 'Eswaran Brothers Building', # 267 Sea Street, Colombo-11.
Ph: 435842 432599. Fax: 448720.

இரண்டு தடவை ஊறுகாயா?

✉ 'பெட்டர் சாய்ஸ்' இன்றைய இளம் தலைமுறை மாணவர்கள் அத்தனை பேரும் படிக்க வேண்டிய ஒன்று. நறுக்கென்ற வார்த்தைகளில் நன்றாகப் புத்தி சொல்லிய கதை.

கோவில்பட்டி., சங்கரி ஷண்முகவேலு.



✉ ராஜ்யஸ்ரீகுமார் எழுதிய ஊறுகாய் பற்றிய துணுக்கு இரண்டு முறை பிரசுரமாகி உள்ளதே? எண்ணெய் இல்லாத ஊறுகாயை ஒரு 'அடி அடிக்கலாம்' என்று எங்களுக்கு நினைவூட்டும் எண்ணத்திலா?!

சென்னை - 59, சுகந்தா ராம்.

✉ 'அழகுச் சிறப்பிதழ்' என்பதுடன் + 'ஆரோக்கியச் சிறப்பிதழ்' என்ற வார்த்தையையும் சேர்த்திருக்கலாம். அந்தளவுக்கு ஆரோக்கியத்திற்கான டிப்ஸ்களும் ஏராளமாக உள்ளன.

திருவாரூர். த. சாந்தி.

✉ 'குச்சி குச்சி ராக்கம்மா' நகைச்சுவையோடு, கருத்து ஆழம் மிக்க கதை. அஜிதாவின் கணவர், ''உன்னுடைய மனத்திருப்திக்காக மட்டும் செய், அதை விட்டு விட்டு, அடுத்தவங்க வார்த்தைக்கு முக்கியத்துவம் தந்தால், நீ நினைக்கிற இலக்கை அடைய முடியாது'' என்று கூறுவது அருமை.

ஸ்ரீரங்கம். மீனா ஜெயராகவேந்திரன்.

✉ அக்டோபர் 2000த்தில் நான் எழுதி வெளியிட்ட, "இன்சுவை இருநூறு" என்ற புத்தகத்தை தங்களுக்கும் பிரதி அனுப்பியிருந்தேன். அதற்குப் பிறகு வந்த மங்கையர் மலரின் புக்ஷெல்ஃப் பகுதியிலும் அந்தப் புத்தகத்தைப் பற்றிய குறிப்பு வந்திருந்தது. அந்தப் புத்தகத்தின் ஏழாவது பக்கத்தில் 'ரசமலாய்' செய்முறை விளக்கம் இருக்கிறது. பிப்ரவரி 2003 ஆண்டு மலர் இரட்டைச் சிறப்பிதழில் 219வது பக்கத்தில் சகோதரி சரஸ்வதி சுவாமிநாதனின் 'வீட்டிலேயே ரஸமலாய்' என்ற சமையல் குறிப்புப் பார்த்தேன். என்னுடைய புத்தகத்தில் உள்ள ரஸமலாய் செய்முறை குறிப்பும், சகோதரியின் செய்முறை குறிப்பும், வார்த்தைக்கு வார்த்தை ஒன்றாக இருக்கிறது. இதை உங்கள் கவனத்திற்குக் கொண்டு வருவதற்காகவே இந்தக் கடிதம். இத்துடன் என்னுடைய புத்தகம் ஒன்றையும் அனுப்பியிருக்கிறேன். இதற்கு மேற்கொண்டு தக்க நடவடிக்கை எடுப்பீர்கள் என நம்புகிறேன்.

சென்னை - 10,

குப்பம்மாள் ஜி. நாபகம்.

(ஆயிரக்கணக்கில் வரும் சமையல் குறிப்புக்கள், ஏராளமான சமையல் புத்தகங்கள் - இவற்றிலே நீந்தி நாங்கள் சோதிப்பது கடினம். எனவே, சகோதரிகள் இது போன்ற தவறுகளைச் செய்யாமல் தவிர்க்கும்படி கேட்டுக் கொள்கிறோம்

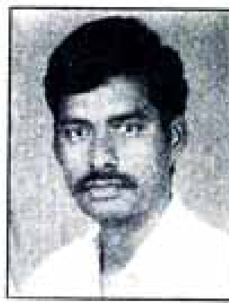
- ஆர்.)

✉ 'சில வார்த்தைகள்' பகுதியில், தன்னைத்தானே சரியாகப் புரிந்து கொண்டு, அடுத்தவரால் கோபப் படவைக்க முடியாமல் வாழும் மனிதனுக்கு பஞ்சபூதங்களும் கட்டுப்படும் என்ற வார்த்தை அட்சர லட்சம் பெறும்.

கும்பகோணம்,

கே.எஸ். கிருஷ்ணவேணி.

• படுதலம் சுகுமாரன்





✉ ''வானத்திற்கும் எல்லை உண்டு'' தொடர்கதை 13 பகுதியோடு முடிவுற்றது என்றாலும் மூன்று மணி நேரம் அமர்ந்து பாலசந்தரின் படம் ஒன்றைப் பார்த்த திருப்தியை அளித்தது. பாராட்டுக்கள்.

சென்னை - 82, தங்கம்.

✉ ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் உள்ள நட்புக்கு உயிர் கொடுத்து மேன்மைப் படுத்தியுள்ளார் ஆசிரியர் படுதலம் சுகுமாரன். கதையின் முடிவு நச்சென்றிருந்தது.

சென்னை - 40, எஸ். ரமாமணி.

✉ பதிமூன்று இதழ்களிலும், தெளிந்த நடையில், ஒரு பெண்ணின் வாழ்க்கைச் சரித்திரத்தை அழகாய்த் தொகுத்து, ''நட்புக்கு''க் காணிக்கை வழங்குவது போல் அமைந்திருந்தது.

தூத்துக்குடி, ஏ. ஜஹ்பர் காதர்.

✉ பாபு கதாபாத்திரத்தை சூர்யாவாக, மேகலா பாத்திரத்தை சினேகாவாக, ரீட்டாவை மும்தாஜ் ஆக கற்பனை செய்து தொடரைப் படித்து வந்ததில் 13 ரீலில் காதல்-நட்பு கலந்த, உணர்ச்சிகரமான வசனங்களுடன் கூடிய வித்யாசமான திரைப்படம் பார்த்த திருப்தி.

அயன்புரம்,

த. சத்தியநாராயணன்.

✉ ஒரு ஆணும் பெண்ணும் சாதாரணமாகப் பேசினாலும் அவதூறு சொல்லும் இந்தக் கலியுகத்திலும், வாழ்வில் அல்லலுறும், கல்லூரியில் தன்னுடன் படித்த மேகலாவை நட்புரிமையுடன் தன் ஆபீஸில் வேலைக்குச் சேர்த்து அவளின் வாழ்க்கைத் தரத்தை உயர்த்திய பாபுவும், தன்னுடைய வாழ்வில் பழிசுமத்தி எல்லோராலும் களங்கப்பட்டும் மனதில் உறுதியுடன் தோழமைக்குத் தோள் கொடுத்த மேகலாவும் எல்லோர் மனதிலும் ஆழப்பதிந்து விட்டார்கள்.

சென்னை - 91, ஆர். புஷ்பா.

✉ மங்கையர் மலர் எப்போதுமே, எந்த ஒரு உறவையும் நியாயமான, தார்மீகக் கண்ணோட்டத்துடன்தான் பார்க்கும். பக்கத்திற்குப் பக்கம், எல்லா இதழ்களிலும் அது மிளிரும். அந்தப் பத்திரிகை தர்மத்திற்குப் பங்கம் வந்து விடுமோ என, கதையின் இடையே பயந்தேன். பாபு, மேகலாவை சென்னைக்குத் தனியாக இரவில் அழைத்து வரும் கட்டம்தான் அது. கதையின் போக்குச் சரியாக இல்லை என்று கண்டனம் செய்து உங்களுக்குக் கடிதமும் எழுதி விட்டேன். போஸ்ட் செய்யுமுன், என் தோழி பிரேமாவிடம் காண்பித்த போது, அவள் சொன்னாள் :

''சீதா அவசரப்படாதே. இன்னும் ஒரே ஒரு அத்தியாயமாவது பார்த்து விட்டுப் பிறகு எழுது. ''மங்கையர் மலர்'' நம் கலாசாரத்திற்கோ, பண்பாட்டிற்கோ குந்தகமாய் எந்த ஒரு கருத்தும் எப்போதும் சொல்லாது'' - அது உண்மையானதைப் பின்னர் உணர்ந்தேன்.

சென்னை - 49,

சீதா கிருஷ்ணன்.

✉ 'அழகிப் போட்டி அவசியமா?' என்ற கட்டுரையில் அழகிப் போட்டியை நீச்சல் போட்டியோடு ஒப்பிட்டுக் கூறியிருந்தார் திருமதி. பிஜு ஜெயதேவன். நீச்சல் போட்டியில் திறமைதான் மதிப்பிடப்படுகிறது. ஆனால், அழகிப் போட்டியில் உடல் அளவுகள், அசைவுகள் வைத்துத்தான் மதிப்பெண் தரப்படுகிறது. இரண்டையும் ஒப்பிடுவது சரியல்ல.

ஊரப்பாக்கம், சு. தமிழ் மலர்.



இளைய தலைமுறை

சவாலை எதிர்கொள்வதுதான் முக்கியம்!



“எப்பவும் எதையாவது கற்றுக் கொண்டே இருக்க வேண்டும்!”

தமிழ் எழுபது சதவிகிதம் நன்றாகப் படிப்பேன் என்று சொல்லும் மங்கை என்கிற மங்கையர்க்கரசி பிறந்தது வளர்ந்தது எல்லாம் சென்னை. சொந்த ஊர் திருநெல்வேலி மாவட்ட கோவில்பட்டி. "இந்த வாழ்க்கை ஒரு சேலஞ்ச். அதை ஜெயிச்சுக்கிட்டே இருக்கணும்..." என்று சொல்கிற மங்கையின் உரையாடலிலிருந்து...

“**நா**ன் சர்ச் பார்க்லதான் எய்த் வரைக்கும் படிச்சேன். அப்புறம் அப்பா ஸ்வீடன் போனாங்க. நாங்களும் போனோம். அதுக்கப்புறம் பேஸிக் படிப்பெல்லாம் ஸ்வீடன்லதான். அப்புறம் கொஞ்சம் கொஞ்சம் கம்ப்யூட்டர்ல. ஆனா எனக்கு எப்பவும் எதையாவது கத்துக்கிட்டே இருக்கணும். புதுக புதுசா எதையாவது தெரிஞ்சுக்கிட்டே இருந்தாத்தான் இந்த வாழ்க்கை கொடுக்கிற சவாலைச் சந்திக்க முடியும்...

ஸ்வீடன்ல இருந்ததாலே ஸ்விடிஷ், ஸ்பானிஷ் உட்பட அந்த ஸ்காண்டிநேவியன் கன்ட்ரி லாங்குவேஜ் எல்லாம் நல்லாப் பேசுவேன். இன்னொரு மொழியைக் கத்துக்கிறது எனக்கு ஒரு சதுரங்க விளையாட்டு மாதிரி, சுவாரசியமா இருக்கும். அந்த



"தேவர்கள் மாதிரி காட்சி தருகிற ஆண்கள், தன்னம்பிக்கை நிறைந்த பெண்களுக்குத் தேவையில்லை"



சுவாரசியத்துக்காகவே நான் தொடர்ந்து பல மொழிகள் கத்துக்கறேன். இரண்டு மொழிகள் தெரிந்த ஒரு மனிதன் இரண்டு ஆளுக்குச் சமம்னு யாரோ சொன்னாங்க இல்லையா? இப்ப நான் ஏறக்குறைய ஏழெட்டு ஆட்களுக்குச் சமம். ஹிந்தி கூட நல்லா படிப்பேன்... எழுதுவேன்.

ஸ்வீடன்ல இருக்கிற நம்ம இண்டியன் எம்பஸில வேலை பார்த்தேன். அந்த அனுபவம் ரொம்ப இண்ட்ரஸ்டிங். எம்பஸில இருந்ததால ஒவ்வொரு நாளும் ஒவ்வொரு விதமான மனிதர்களைச் சந்திப்பேன். ஒரு சின்ன கை குலுக்கலில் கூட எந்த நாட்டு ஆண் எந்த விதமான உணர்வுகளை வெளிப்படுத்தறான்னு கண்டு பிடிச்சுடுவேன்...

ஒவ்வொரு விண்டர் லீவுக்கும் இங்கு இந்தியாவுக்கு வருவோம். தவிர எனக்கு டான்ஸ்னா உயிர். அதுவும் கிளாஸிக்கல் டான்ஸ் பண்ணச் சொன்னா சாப்பாடே வேணாம். டான்ஸ் க்ளாஸ்ல நிறையக் கத்துக்கிட்டேன். பரத நாட்டியம் நல்லா ஆடுவேன். இப்ப மோகினி ஆட்டமும், கதகளியும் கத்துக்கறேன்... எனக்கு வருஷத்துல ஒரு விஷயமாவது புதுசா கத்துக்கணும். ஸ்வீடன்ல மைனஸ்ல இருக்கும் குளிர். அந்தக் குளிர்ல கூட பரத நாட்டியம் ஆடியது ஒரு சுவாரஸ்யமான விஷயம்.

இஙர்னுதான் பைவ் ஸ்டார்ல நாயகியா நடிக்கிற வாய்ப்பு வந்தது... அதிலயும் நம்ம டேலண்டைக் காட்டணும்னு ஓ.கே. பண்ணேன். இப்ப நல்ல ரெஸ்பான்ஸ். ஒரு சினிமால நடிச்சதுக்காக என்னோட மத்த விஷயங்களை இழக்கத் தயாரா இல்லை. நான் எங்க இருந்தாலும் நானாத்தான் இருக்கணும்.

எங்களுக்கு பெரம்பூர்ல கார்மெண்ட் எக்ஸ்போர்ட் கம்பெனி இருக்குது. இப்ப கொஞ்ச நாள் முன்னாலதான் அப்பா இறந்துட்டாங்க. பேமிலிக்கு பெரிய ஷாக் கொஞ்சம் கொஞ்சமா இப்பத்தான் அந்த அதிர்ச்சியில இருந்து மீண்டிருக்கோம்... எக்ஸ்போர்ட்ல இப்ப பெரியப்பாவுக்கு உதவியா நானும் இருக்கேன். இப்ப பிஸினஸ் பத்தியும் தெரிஞ்சுக்க ஆரம்பிச்சிருக்கேன் நம்ம வாழ்க்கைக்கு ஆதாரமா ஏதாவது ஒண்ணு தேவையில்லையா? எங்களுக்கு அது பிஸினஸ். ஜெயிச்சாலும், தோத்தாலும் சினிமா இரண்டாம் பட்சம்தான்...

எனக்கு எந்தப் பெரிய வெற்றியிலயும் கர்வம் வராத ஆளை ரொம்பப் பிடிக்கும். ஒரு ஆணோட அழகு தோற்றத்தில் இல்லை. அவன் செயல்களில் இருக்கு. நான் யாரைப் பார்த்தாலும் முதல்ல அவனோட கால் பூமியில நிக்குதான்னு பார்த்துக்கறேன்.. தேவர்களா காட்சித் தருகிற ஆண்கள் என்னை மாதிரி தன்னம்பிக்கையுள்ள பெண்களுக்குத் தேவையில்லை...

நீங்க எவ்வளவு பெரிய ஆளா இருந்தாலும் இயற்கைக்கு முன்னால் வெகு சாதாரணம்.... இரண்டு நிமிஷத்தில உங்க நிலைமை மாறி விடலாம். உதாரணம் சமீபத்திய கல்பனா சாவ்லா மரணம். அதனால சின்ன கர்வம் கூட இல்லாம வாழப் பழகிக்கணும்...

இந்த வாழ்க்கை ஒரு சவால். சவால்ல ஜெயிக்கறோமா அல்லது தோற்கிறோமா அப்படிங்கறது முக்கியமான விஷயமில்லை. சவாலை எதிர்கொள்றதுதான் முக்கியம். அந்த தன்னம்பிக்கைதான் முக்கியம். அப்படிப்பட்ட பெண்கள்தான் இப்ப நாட்டுக்குத் தேவை.

— வஸந்த் செந்தில்

அட்டைப் படம் & படங்கள் : சங்கர் சத்தியமூர்த்தி

தேங்காய் உடைக்கு முன் பச்சைத் தண்ணீரில் கழுவி விட்டு உடைத்தால் எளிதாக உடையும்.

- சாவித்திரி.



வரப் போவது பரீட்சை மாதம்! படிக்கும் குழந்தைகள் இருக்கும் ஒவ்வொரு வீடும் எவ்வளவு டென்ஷனாக இருக்கும் என்பது நாம் அறிந்ததே! மாணவ, மாணவியரை விட, அவர்களின் பெற்றோர், முக்கியமாகத் தாய்மார்களின் பொறுப்பும், கவனிப்பும் கூடும் நேரமிது. டி.வி., கம்ப்யூட்டர், இன்டர்நெட் வேண்டாமே! என்றெல்லாம் எச்சரிக்கலாம்! ஆனால் இன்டர்நெட் மூலமும் பரீட்சைக்குத் தேவையான பல விஷயங்களை அறியலாம்.

இன்டர்நெட், படிக்கும் குழந்தைகளுக்கும், கற்பிக்கும் பெற்றோர் மற்றும் ஆசிரியர்களுக்கும் ஒரு கற்பகத் தரு; வரப்பிரசாதம்! உலகில் எந்த மூலையிலுள்ள விஷயத்தையும் நம் உள்ளங்கை அசைப்பில் காட்டும் விஞ்ஞான விந்தை! இல்லத்தரசிகள் இன்டர்நெட் இயக்குவது பற்றி முறையாகக் கற்றுக் கொண்டு, தங்கள் குழந்தைகளின் பரீட்சை நேர சந்தேகங்களைத் தீர்க்கலாமே! பயனுள்ள சில இணைய தளங்களைப் பார்க்கலாமா?

1. என்ஸைக்ளோபீடியா (Encyclopedia) Britannica.com. இது மிக முக்கியமான தளம். இதில் இந்தியாவுக்குத் தனிப் பிரிவு உள்ளது.

http://www.britannica.co.in

http://britannicaindia.com.

இவ்விரண்டு தளங்களிலும் பரீட்சைக்கு உதவும் பல கட்டுரைகள் உள்ளன. சிறந்த பொது அறிவுத் தளங்கள்.

இவை தவிர மேலும் சில என்ஸைக்ளோபீடியா தளங்கள் -

http://encarta.msn.com/

http://go.grolier.com

இன்டர்நெட் எனும் கற்பகத்தரு!

http://www.comptons.com/encyclopedia

http://encyclozine.com.

http://www.Worldbookonline.com

http://www.encycolopedia.com.

http://everthing2.com.

எல்லா தளங்களிலும் குறிப்பிட்ட, தேவையான பாடங்கள் பற்றிய விவரங்களை அங்குள்ள 'சர்ச்' 'கமெண்ட்'டை உபயோகித்து, அந்தப் பக்கங்களுக்குச் சென்று குறிப்பு எடுத்துக் கொள்ளலாம்.

என்ஸைக்ளோபீடியா 'சிடி'க்கள் கடைகளில் கிடைக்கும். இவற்றை இன்டர்நெட் இணைப்பு இல்லாமல் கம்ப்யூட்டர்களில் போட்டுப் படிக்கலாம். ஆனால் இன்டர்நெட் மூலம் காணும் போது, இவ்வகை சிடிக்களில் இருப்பதை விட, அதிக விஷயங்கள், குறிப்புகள் கிடைக்கும் காரணம், அவ்வப்பொழுது தளங்களில் புதிய செய்திகள் சேர்க்கப்படுவதே.

1. ஒரு குறிப்பிட்ட விஞ்ஞானி, நாடு, நிகழ்ச்சி பற்றிய விவரம் தேவையா? நீங்கள் காண வேண்டிய தளம் http://www.time.com/time/time100/timewarp/time warp.html.

2. ஆங்கில மேற்கோள்கள், பழமொழிகள் பற்றிய தளம் இது. 9000க்கு மேல் பழமொழிகள் உள்ளன.

http://www.bartleby.com/99/index.html.

3. ஒரு வார்த்தை, அதன் பொருள், அதனை உபயோகிக்கும் முறை, அதன் எதிர்ப்பதமான

வார்த்தை என்று பல விஷயங்களை இத் தளம் மூலம் அறியலாம். உதாரணமாக 'find' என்ற வார்த்தையின் உபயோகங்களுடன், அதன் எதிர்ப்பதமான 'Lose' என்ற வார்த்தைப் பற்றியும் அறியலாம். தளத்தின் முகவரி -

http://www/shu.ac.uk/webadmin/pharases

4. நாம் ஆங்கிலத்தில் எழுதும் போதும், பேசும் போதும் சரியாக, இலக்கணத்துடன் பேசினோமா என்ற கவலையைப் போக்கும் தளம் -

http://www.bartleby.com/64/

5. ஆங்கில அகராதிகளும் தளங்களில் உண்டு. அவை : http://www.mw.com/netdict.htm

http://www.one look.com.

கடினமான வார்த்தைகளின் அர்த்தம் காண நாம் செல்ல வேண்டிய தளம் :

http://www.lineone.net/dictionary of/difficult words

6. நூற்றுக்கணக்கான பாடங்கள், பல இணைய தளங்களுக்கான இணைப்பு, மாணவர்கள், ஆசிரியர்களுக்கான பயிற்சிகள், ஆராய்ச்சிகள் அடங்கிய கல்விக்கான முதன்மை தளம் -

http://www.education-world.com.

3. மாணவர், பெற்றோர், ஆசிரியர்களுக்கான பொது அறிவுத் தளங்களை இதுவரை பார்த்தோம். இனி வரக்கூடிய பரீட்சைக்கு உதவியாக இருக்கும் சில தளங்களின் முகவரிகள் -

• இயற்பியல் பற்றி சந்தேகமா? அதற்கான தளம் :

http://www.ncte.in.org/smartphysics/index.html

● ஆங்கிலத்தை இரண்டாம் பாட மொழியாகக் கொண்ட மாணவர்களுக்கு உபயோகமான தளம் -

http://www.eslcafe.com

● மாதிரி பரீட்சை வினாத்தாள்கள் மற்றும் விடைத்தாள்களுடன் இருக்கும் தளம் _

http://learning/indiatimes.com/index.html

● ஆறாம் வகுப்பு முதல் 12ம் வகுப்பு வரை உள்ள பாடங்கள் மிக விரிவாக விளக்கப்பட்டுள்ள தளம் -

http://www.schoolcircle.com.

● ஆங்கில இலக்கணம், கணிதம், இயற்பியல், வேதியியல் மற்றும் நுழைவுத் தேர்வுக்கான மாதிரி வினா விடைகள், ஷேக்ஸ்பியர் நாவல்கள் இவற்றைப் படிக்க மாணவர்கள் செல்ல வேண்டிய தளம் -

http://education.eth.net.

எட்டாம் வகுப்பு முதல் பத்தாம் வகுப்பு வரை படிக்கும் மாணவர்கள், பாடங்களை கீழுள்ள தளதில் tutor@home என்ற பகுதியில் கற்கலாம்

http://www.zeelearn.com.

● 11 மற்றும் 12-ம் வகுப்பு மாணவர்களுக்கு உபயோகமான தளமான இதில் 'Utilities' என்ற பகுதி முக்கியமானது.

http://www.indbazaar.com/education/index.asp.

● உங்கள் குழந்தைகளுக்கு நீங்களே ஹோம்வொர்க், பாடப் பயிற்சி கொடுக்க வேண்டுமா? செல்லுங்கள் கீழுள்ள தளத்துக்கு!

http://www.marksheet.com.

● மாணவர்களுக்குத் தேவையான பாடங்கள், பயிற்சிகள், பயிற்றுவிக்கும் முறைகள் இவை யாவும் சிடியாகவும் உள்ளன. இவற்றையும் இன்டர்நெட் மூலமே பார்த்து, தேர்ந்தெடுத்து ஆர்டர் செய்து வாங்கிக் கொள்ளலாம். அதற்கான இணைய தள முகவரி -

http://www.edurite.com.

● ஆங்கிலத்தில் எழுதிய கதை, கட்டுரை, கடிதங்களில் எழுத்துப் பிழை இருக்குமோ என்ற பயமா அவற்றைச் சரி செய்ய உதவும் தளம் -

http://www.spellcheck.com.

● ஆங்கில வார்த்தைகளுக்குத் தமிழ் அர்த்தம் தெரிந்து கொள்ள உதவும் தளங்களும் உண்டு.

http://www.tamil.net/learn-tamil/tamildic.html

மேலே நான் குறிப்பிட்டுள்ளவை மிகக் குறைவான தளங்களே. இது போன்று கல்வி, வினாத்தாள், மருத்துவம், பொறியியல் நுழைவுத் தேர்வு பயிற்சி, வெளிநாட்டில் கல்வி போன்ற பல உபயோகமான தளங்களும் உண்டு.

இன்டர்நெட் எனும் ஆழ்கடலில் மூழ்கினால், பற்பல அற்புத முத்துக்களைக் கொண்டு வரலாம். ஆனால் அதை அறிவு பூர்வமாக, சரியான முறையில் நம் குழந்தைகளைப் பயன்படுத்தும்படி செய்யும் பொறுப்பு பெற்றோர்களாகிய நம்மைச் சேர்ந்தது.

ஆங்கில அறிவு அதிகமில்லாத இல்லத்தரசிகள் கூட அபத்தமான தொலைக்காட்சித் தொடர்களில் தம்மைத் தொலைப்பதை விடுத்து, சற்று ஆர்வமும் அக்கறையும் எடுத்து கம்ப்யூட்டரையும், இன்டர்நெட்டையும் இயக்கக் கற்றுக் கொண்டு, தம் அறிவையும் விரிவடையச் செய்து, தம் குழந்தைகளுக்குத் தேவையான பல விஷயங்களையும் கற்றுக் கொடுத்து, அவர்களைச் சிறந்த மாணாக்கர்களாக உருவாக்கலாம்.

இன்டர்நெட் இயக்கினால் டீபோன் பில் ஏறுமே என்று பயப்படுகிறீர்களா? தேவையான பாடங்களை, குறிப்புகளை, கட்டுரைகளை கம்ப்யூட்டரில் 'சேவ்' அல்லது 'டவுன் லோட்' செய்தால், தேவையான போது குழந்தைகள் படித்துக் கொள்ளலாம். உங்கள் குழந்தைகள் நன்கு படித்து, நல்ல மதிப்பெண் பெற வாழ்த்துக்கள்!

— ராதா பாலு

ஸ்ரீசித்தர விநாயகர் துணை உ தேவதானப்பட்டி ஸ்ரீ காமாட்சி அம்மன் துணை

தினசரி காலை காபி, 3 வேளை சைவ உணவு, தங்கும் வசதியுடன் 3 Tier இரயில் சுற்றுலாக்கள்.

18-3-2003 & 7-4-2003 மற்றும் 8-5-2003 முதல் 21 நாட்கள் : பூரி - கோனார்க் - புவனேஸ்வர் - கல்கத்தா - கயா - காசி - திரிவேணி - அயோத்தி - அமிர்தசரஸ் - ஜம்மு - **வைஷ்ணவதேவி** - ஹரித்துவார் - ரிஷிகேஷ் - டெல்லி - ஆக்ரா - மதுரா ரூ. **6590**

8-5-2003 மற்றும் 12-6-2003 முதல் 18 நாட்கள் : மதுரா - ஆக்ரா - பிருந்தாவன் - டெல்லி - ஹரித்துவார் - ரிஷிகேஷ் - **பத்ரிநாத்** - **கேதார்நாத்** - திரிவேணி - **அயோத்தி** - **நைமிசாரண்யம்** - காசி - சாரநாத் - கயா - கல்கத்தா ரூ. **5990**

19-4-2003 மற்றும் 8-5-2003 முதல் 16 நாட்கள் : மதுரா - ஆக்ரா - டெல்லி - குருசேத்திரம் - சண்டிகார் - சிம்லா - குலு - மணாலி - ரோத்தங்பாஸ் - வசிஷ்டாபாத் - ஜோத்பூர் ரூ. **5990**

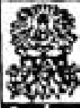
18-3-2003 & 15-4-2003 & 8-5-2003 முதல் 19 நாட்கள் : மதுரா - ஆக்ரா - ஜெய்ப்பூர் - ஜோத்பூர் ஓசியான் பாலைவனம் - டெல்லி - அமிர்தசரஸ் - வாகா பார்டர் - ஹரித்துவார் - ரிஷிகேஷ் - அயோத்தி - திரிவேணி - காசி - சாரநாத் - கயா - கல்கத்தா - பூரி - புவனேஸ்வர் - கோனார்க் ரூ. **5990**

குறைந்த நாட்கள் - குறைவான கட்டணம் | * L.T.C. ரசீது தரப்படும்.

18-3-2003 & 7-4-2003 & 8-5-2003 முதல் 10 நாட்கள் : கல்கத்தா - கயா - புத்தகயா - காசி திரிவேணி ரூ. **2990**

27-3-2003 & 7-4-2003 & 4-5-2003 முதல் 11 நாட்கள் : பூரி - புவனேஸ்வர் - கோனார்க் - கல்கத்தா - டார்ஜிலிங் ரூ. **3300**

21-4-2003 & 12-5-2003 முதல் 12 நாட்கள் : திரிவேணி - காசி - சாரநாத் - வியாசகாசி - நேப்பாள் ரூ. **3990**



சன் டிராவல்ஸ்

Prop. *K. சிதம்பரம்*, B.Sc., B.Ed.,
செல் : 98421 - 56668

121, நேதாஜி ரோடு, (மாடர்ன் ரெஸ்டாரெண்ட் எதிரில்) மதுரை - 1. போன் : 2341133, 2344466

சென்னை : 30, நடேசன் தெரு, (சிவா-விஷ்ணு ஆலயம் அருகில்) T. நகர், சென்னை-17. போன் : 24359194

கோவை : கலா காம்ப்ளக்ஸ், 523, நூறு அடி ரோடு, காந்திபுரம், கோவை - 641 012 ✆ 2490547, 94430-25226

கும்பகோணம் : பிரசாத் போட்டோ ஸ்டுடியோ, 13-B, கோதண்டபாணி தெரு, கும்பகோணம். போன் : 2413550



ஹம்சவேணி

ஜோதிட சித்த மருத்துவ மாந்திரீக நிலையம்

வால்பாறை Dr. **V.T.** ஈஸ்வரன் PhD, USA.,

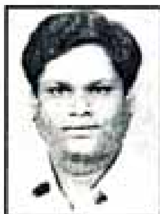
ஜோதிட சித்த மருத்துவ மாந்திரீக வல்லுநர்

நெ.3, C.G.V நகர், பேரூர் ரோடு, குமாரபாளையம் (P.O) (LIC பஸ் ஸ்டாப் அருகில்)
E.B. பின்புறம், செல்வபுரம், கோவை - 26. செல்: 98430 - 94169/ 0422 - 2347131.

ஜோதிடம் பார்க்கவும், ஜாதகம் கணித்து தரவும்
சித்த மருத்துவம் மூலம் தீராத நோய்களுக்கு சிகிச்சை பெறவும்.

- மணநிலை கோளாறு
- குடும்ப ஒற்றுமை
- தற்கொலை எண்ணம்
- பூர்வீக சொத்து பெறவும்
- கடன் தொல்லை
- தொழில் முன்னேற்றம் பெறவும்
- எதிரி தொல்லை
- செய்வினைக் கோளாறு
- வழக்குகள் தீரவும்
- திருமணம் தடை நீங்கவும்
- குழந்தை பாக்கியம் பெறவும்
- ஆண் / பெண் வரன் பெறவும்

ஜோதிடம், மாந்திரீகம், ராஜவசியமை, ரசமணி, யந்திரம் மூலிகை ரட்சை, இவை
மூலம் பயன் பெறவும் பரிகாரம் அணுகவும்
அணுகுவீர் பயன்பெறுவீர்



Dr.V.T. ஈஸ்வரன்
phd.USA

பிரதிவாரம் வெள்ளி தோறும் காலை 7.00 - 7.30 மணிக்கு ராஜ் டிஜிட்டல் பிளசிலும், பிரதி புதன் இரவு 8.00 - 9.00 வரை பெரியநாய்கன் பாளையம், சுதர்சன் டிவியிலும், பிரதி வெள்ளி இரவு 9.00 - 10.00 வரை கோவை, AMN டிவியிலும், பிரதி சனி இரவு 9.30 - 10.30 வரை கோவை CVC சிட்டி டிவியிலும் நேரடி ஒளிபரப்பில் பேசுகிறார். காணத்தவறாதீர்கள் பிரதி புதன் (மறு ஒளிபரப்பு) பகல் 1.00 - 2.00 மணி வரையில் கோவை சிட்டி டிவியில் Dr.V.T. ஈஸ்வரன் phd.USA பேசுகிறார். காணத்தவறாதீர்கள்.

நேரில் வர இயலாதவர்கள் தபாலில் ஜாதக நகலை அனுப்பி வைக்கவும். பத்து கேள்விகளுக்கு பதில் எழுதி அனுப்பப்படும். இதற்கு ரூ. 200/-யை மணியார்டர் செய்யவும்.

பஸ் ரூட்: நேரில் வருபவர்கள் கோவை பஸ் நிலையத்தில் இறங்கி 3ம் நம்பர் பேரூர் பஸ்ஸில் ஏறவும். LIC காலனி பஸ் ஸ்டாப்பில் இறங்கவும். அருகில் EBஆபீஸ் பின்புறம் ஹம்சவேணி ஜோதிட சித்த மருத்துவ மாந்திரீக நிலையம் உள்ளது.

வெற்றி பெற்ற மனிதர்களிடையே நிலவுகிற ஒரு அடிப்படைக் குணம் நாம் கவனிக்க வேண்டியது -

ஒரு சொந்த அனுபவம்: என் சித்திக்கு (வயது 80 +) எழுந்து நடமாடவே முடியாமல் போய் விட்டது. பிரபல ஆர்த்தோ நிபுணரிடம் காண்பித்தார்கள். அவர் பரிசோதித்து விட்டுச் சில மருந்து, மாத்திரைகளை எழுதிக் கொடுத்தார். ஓரிரு நாள் சித்தியை நர்ஸிங் ஹோமிலும் தங்கச் சொன்னார்.

பிரமாதமான குணம் தெரிந்தது. சித்தி பெருங்களத்தூரில் இருப்பதால், வாரம் ஒருமுறை தாம்பரம் வந்து நிபுணரைப் பார்த்தார். "நன்றாகத் தேவலை. நடக்க ஸ்டிக் உபயோகிக்கிறேன். ஆனால் முழங்கால் சில சமயம் வலிக்கிறது" என்றதற்கு, "சரியாகப் போயிடும் நாளாக ஆக" என்றார். பிறகு மென்மையான குரலில், "90% குணமாகி விட்டது. போகப் போகச் சரியாகி விடும். ஆனால் எக் காரணம் கொண்டும் தரையில் உட்காரவே கூடாது!" என்றார்.

சரியாக ஒரு வருடமாகிறது. தன் காரியத்தைத் தானே கவனித்துக் கொள்ளுமளவுக்குத் தெம்பு வந்திருக்கிறது சித்திக்கு. "சாட்சிக் கூண்டு" மாதிரியான ஸ்டிக்கைப் பயன்படுத்துகிறார். சாப்பிடுவது டைனிங் டேபிளில்; ராம நாமம் எழுதுவது, கட்டிலில் அமர்ந்து கொண்டே. ஆனால் ஒன்று: "இனி எல்லாம் சுகமே!" என்ற நினைப்பில், மருத்துவர் அறிவுரையை அலட்சியப்படுத்தவே இல்லை. 90% குணம், மேலும் மேலும் முன்னேறி வருகிறது.



விரைவில் எதிர்பார்த்த உயர்வு கிட்டி விடலாம். ஆனால் இறுதி இலக்கை எட்ட நிதானம் தேவை!



வெற்றிப் படியில் எவம் போது..

வெற்றிப் படியில் ஏறி முன்னேறிச் செல்லும் மனிதர்கள் பலர், அதன் இறுதிக் கட்டத்தில் ''சறுக்கி'' விழுவதற்குக் காரணம், கடைசி 'சத விகித காலத்தை' மிகத் துச்சமாக எண்ணுவதுதான். ''இவ்வளவு தூரம் வந்து விட்டோம். இனி என்ன!'' என்கிற அலட்சியமும், கூடவே மேலோங்குகிற மமதை உணர்வும்தான்...

நான் கண்ணாரக் கண்ட, ஒரு சீனியர் மேலாளர், 1970 ஆரம்பங்களில் வங்கியில் பொறுப்பான பதவியில் இருந்தார். பத்தே ஆண்டுகளில் அதே வங்கியில் தலைமைப் பொறுப்பை எட்டிப் பிடித்தார். ஆனால் மனிதர் அப்புறம் செய்த 'தவறு' என்ன? அம்புலி மாமா கதைகளில் வருகிற மாதிரி, ''அப்புறம் எல்லோரும் சுகமாக வாழ்ந்தார்கள்'' என்கிற மாதிரிதான் நம் செல்வாக்கும், என்று கணித்ததுதான். பரமபத சோபான விளையாட்டில், ஏணி போலப் பாம்புக்கும் ஓர் இடம் உண்டு என்பதை அவர் மறந்து போனதுதான் சோகம்.

உயர்ந்திருக்கிறார். அவர் சி. ரங்கராஜன்.

படிப்பு, அபாரத் திறமை, நிர்வாகத் திறன் இவைகளுடன் உயரே செல்லச் செல்ல அவர் காண்பித்த நிதானமான தன்மையும், அமைதிப் போக்கும் என்னை மிகவும் கவர்ந்தவை.

இத்தகைய தன்மை கொண்டவர்கள் சிலர் பிற துறைகளிலும் முன்னுக்கு வந்தவர்கள் உண்டு. அரசியலில் - நரசிம்மராவ் - தேசமே கொந்தளித்துக் கொண்டிருந்த போது, பிரதமர் பதவி ஏற்று, லவக்கரமாக மன்மோகன் சிங்கைப் பிடித்துக் கொண்டு, பொருளாதார மாறுதலைக் கொணர்ந்து, வங்கிகளையும் சீர்படுத்தியவர். பதவி இல்லாத போதும், ஏன்? சொந்த அனுபவத்தை வைத்து சர்ச்சையான புத்தகம் எழுதிய போதும் கூட, அவருக்கு இன்னமும் மதிப்பு இருக்கிறது.

திரைப்படத் துறையில் - நடிகர் சிவகுமார். துளிக் கூட கெட்ட பெயர் வாங்காது, தன் பலத்தை நன்கு உணர்ந்து, காலத்தை அனுசரித்து, இப்போது சின்னத் திரையில் சக்கைப் போடு போடுகிறார்.



வெற்றிப் படியில் ஏறி முன்னேறிச் செல்லும் மனிதர்கள் பலர்,
அதன் இறுதிக் கட்டத்தில் ''சறுக்கி'' விழுவதற்குக் காரணம்,
கடைசி 'சத விகித காலத்தை' மிகத் துச்சமாக எண்ணுவதுதான்.



என்ன ஆயிற்று தெரியுமோ? சேர்மன் பதவி இரண்டாவது காலம் நீட்டிக்கப்பட்டது. தனக்குள்ள தொடர்பினால், ரிசர்வ் வங்கி, மத்திய அரசு போன்ற அயலான இடங்களில் முக்கிய பதவியை எதிர்பார்த்துக் கொண்டிருந்தார். கிடைக்கவில்லை. இரண்டாவது 'டெர்ம்' முடியுமுன், தம் பதவியை ராஜிநாமா செய்தார். சொந்தமாக நிதி நிறுவனம் துவக்கினார். ஒரே ஆண்டில் நல்ல பெயர். லாபம் எக்கச்சக்கம். தினத்தாளில் எல்லாம், புகைப்படத்துடன் விளம்பரம்... அடுத்த ஆண்டே என்ன காரணமோ, தன்னிச்சையாக செயல் பட்டதாலோ, சூழ்நிலையோ, சந்தையை தவறாகக் கணக்கிட்டதாலோ கம்பெனியில் பெரிய நஷ்டம். மனிதர் மாரடைப்பில் காலமானார், நிதிக் கம்பெனி இருந்த இடம் தெரியவில்லை.

இவரைப் பற்றி நினைக்கும் போதெல்லாம், என் மனக்கண் முன் வேறொரு நபர் நிற்கிறார். நான் வேலைக்குச் சேர்ந்த புதிதில், அவர் ரிசர்வ் வங்கியில் முக்கிய பதவி வகித்தார். படிப்படியாக கவர்னராக உயர்ந்தார். அரசுக் குழுவில் இடம் பெற்றார். அண்மை மாநிலமான ஆந்திரப் பிரதேச கவர்னராக ஆனார். இப்போது திட்டக் கமிஷன் தலைவராக

கிரிக்கெட்டில் வெங்கட் ராகவனைக் குறிப்பிட்டே ஆக வேண்டும். அவர் திறமைக்கேற்ற படி, ஆட்டத்தில் பங்கு கிடைக்கவில்லை என்பது ஒரு குறைதான். (என் போன்ற பல ரசிகர்களுக்கு உண்டு) ஆனால் மனிதர், கலங்காது, அயராது, கிரிக்கெட்டிலேயே 'நடுவர்' பயிற்சி நன்கு பெற்று, சர்வதேசப் புகழ் பெற்று இன்று குடியரசு தின விருதும் அடைந்திருக்கிறார்.

ஓட்டப் பந்தயங்களில் ஒன்று கவனித்திருக்கலாம். முதல், இரண்டாவது சுற்று மெதுவாக ஓடி, இறுதிச் சுற்றில் வேகமாக ஓட வேண்டும். ஆனால் வாழ்க்கைப் பந்தயம் அவ்விதம் இல்லை. சந்தர்ப்பம், சூழ்நிலை, நிர்வாக அமைப்பு போன்ற பல அம்சங்கள் சாதகமாக அமைந்து, விரைவில் எதிர்பார்த்த உயர்வு கிட்டி விடலாம். ஆனால் இறுதி இலக்கை எட்ட நிதானம் மிகவும் தேவை!

ஆர்த்தோ டாக்டர் மென்மையான குரலில் சொன்னதை, வேறுவிதமாக மாற்றினால் வெற்றிக்கான வழி தெரியும். ''90% வெற்றி கிட்டி விட்டது. நானடைவில் மேலும் உயரலாம். ஆனால் எக்காரணம் கொண்டும் நிதானம் என்ற படுக்கையை விட்டு எழவே கூடாது!''

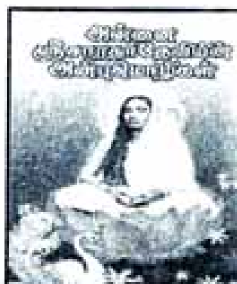
— ஈஸ்வர்குமார்

ஸ்ரீ கணபதி ஸ்தோத்திர மாலை

விநாயகர் அகவல், ஸ்ரீ கணேச நித்ய பாராயணம், கணேச பஞ்சரத்னம், ஸ்ரீ கணபதி அஷ்டோத்ர நாமாவளி, சஹஸ்ர நாமாவளி என்று விநாயகரைப் பற்றிய ஸ்லோகங்கள் அடங்கிய தொகுப்பு. வெளியிடுவோர் அகஸ்தியர் பப்ளிகேஷன்ஸ்.

பக்.88 விலை ரூ. 20.00

(33, நந்தினி கோவில் தெரு, தெப்பக்குளம், திருச்சி - 620 002)



ஆபஸ்தம்ப ஸூத்ர தர்ப்பண விளக்கம்

தர்ப்பணம் செய்வது பற்றி விளக்கிக் கூறுகிறது. மேலும் தர்ப்பண மந்திரங்களின் பொருளும் எடுத்துரைக்கப்பட்டு சமஸ்கிருதத்திலும், தமிழிலும் மந்திரங்கள் தரப்பட்டுள்ளன. ஆசிரியர் ஸ்ரீவத்ஸ வெ. ஸோமதேவ சர்மா.

பக். 61, விலை ரூ. 20.00

(ஸ்ரீ காமகோடி ஜகத்குரு ஸ்தாபித பப்ளிகேஷன்ஸ், 158/12, லேக் வியூ ரோடு, மேற்கு மாம்பலம், சென்னை - 600 033)

புக் ஷெல்ஃப்

சொல்லக் கூடாதா

வாழ்க்கையில் ஒவ்வொருவரும் கடைபிடிக்க வேண்டிய நற்பண்புகளை 'சொல்லக் கூடாதா', 'சொன்னால்தான் புரியும்', 'சொல்லாவிட்டால், சொன்னால் என்ன?' போன்ற அழகிய 18 தலைப்புகளில் தனது அனுபவ மிக்க எழுத்தாற்றலுடன் எளிய உதாரணங்கள் கொண்டு விளக்க முற்பட்டுள்ளார் ஆசிரியர் மதிஒளி.

பக். 132, விலை ரூ. 28.00

(கங்கை புத்தக நிலையம், 13, தீனதயாளு தெரு, தி. நகர், சென்னை - 600 017)



மகிழ்ச்சியான இல்லம்

வீட்டுக் கணக்கு நோட்டு. அன்றாட வீட்டுச் செலவுகளை டைரியில் குறித்துக் கொள்வோம். பால் செலவு, மளிகை பில், மருத்துவர் பீஸ், தடுப்பூசி தேதி, டெலிபோன் பில் இப்படி இவை அனைத்தையும் ஒவ்வொரு மாதத்திற்கும் அச்சடித்து, தேதி, செலவு, பட்ஜெட் என்று காலம் பிரித்து அழகாகத் தரப்பட்டுள்ளது. இல்லத்தரசிகளின் நேரத்தை மிச்சப்படுத்தும் வகையில் ஒரு புதிய முயற்சியாகத் தயாரிக்கப்பட்டுள்ளது இந்த டைரி. வடிவமைப்பு - எஸ். சுரேஷ்.

விலை ரூ. 30.00

(19 பி, ரோகிணி ரெஸிடென்ஸ், பத்மாவதி நகர், காமராஜர் சாலை, விருகம்பாக்கம், சென்னை - 600 092)

அனுபோக வைத்திய பிரம்ம ரகசியம்

சித்தர்களின் சித்த வைத்திய மருத்துவ முறைகளை அனைவருக்கும் புரியும் விதமாக எளிய நடையில், செய்முறை விளக்கங்களுடன் கொடுத்துள்ளனர். தைல வகை, லேகிய வகை, மாத்திரை வகை என்று பிரித்து ஒவ்வொரு வியாதிக்கும் உரிய மருந்து என்னென்ன என்ற விளக்கமும் உள்ளது.

பதிப்பாசிரியர் பூ.சு. குப்புசாமி முதலியார், மூலம் கோஷாயி சுவாமிகள். எழுத்து வடிவம் - முனிசாமி முதலியார்.

பக். 608, விலை ரூ. 350.00

(ஜெயம் பிரிண்ட், 20/31 கோபாலக் கொத்தன் சந்து, மதுரை - 625 001)

பாரதியும் நல்லிதயங்களும்

பாரதி பற்றிய ஓர் ஆய்வு நூல். இக் கவிஞரோடு புகழ் பெற்ற பிற கவிஞர்கள் தாகூர், அரவிந்தர், வ.உ.சி., விவேகானந்தர் போன்றவர்களின் கவிதைகளில் காணப்படும் ஒற்றுமையை எடுத்துக்காட்டு தந்து விவரிக்கிறார் பேராசிரியர் ந.சு. மங்கள முருகேசன். இலக்கிய ஆர்வலர்களுக்கும், தமிழ் ஆய்வாளர்களுக்கும் பயன்படும் நூல் இது.

பக். 320 விலை ரூ. 60.00

(தென்றல் பதிப்பகம், 13/3, பீட்டர்ஸ் சாலை குடியிருப்பு, இராயப்பேட்டை, சென்னை 600 014)

கண்களில் ஒளியேற்றுங்கள்

'கண்'ணுக்கு உரிய யோகப் பயிற்சிகளின் செய்முறைகள், விளக்கப் படங்களுடனும் மற்றும் கண் சம்பந்தமான நோய்களுக்கு யோகப் பயிற்சி மூலம் தீர்வு காண்பது பற்றியும், எந்தெந்த நோய்க்கு என்னென்ன பயிற்சி மேற்கொள்ளலாம் என்பதையும் ஆசிரியர் விளக்கு



ஸ்ரீ மஹா ப்ரத்யங்கிரா தேவி, ஸ்ரீ நீலசரஸ்வதி தேவி, ஸ்ரீ விரஜா கால பைரவர், ஸ்ரீவாராஹி தேவஸ்தானம்



(Management: SRI PRATHIYANGIRA ASHRAM TRUST)

அபராஜிதபுரி, சோழங்கநல்லூர்,
சென்னை - **600 119.** போன்: **4501404**

ஸ்ரீமஹாப்ரத்யங்கிரா தேவிக்கு ஏக தின கோடி அர்ச்சனையும், முட்டு இறக்கல் பூஜையும்

பூஜை நாள் : 27.04.2003 ஞாயிறு
காலை 8.00 மணி முதல் இரவு 8 மணி வரை

அழைப்பிதழ்

க்ஷிப்ர பிரசாதி என்றும் பக்தர்களின் கஷ்டங்களையும், தடைகளையும், ஜென்மாந்திர பாபங்களையும் சாபங்களையும் விலக்கி, வேண்டும் வரங்களை மிகத் துரிதமாக வழங்கி அருள்புரிபவள் **ஸ்ரீ மஹா ப்ரத்யங்கிரா தேவி.** கலிகாலமான இன்று அன்றாட வாழ்வில் அநுபவித்து வரும் கஷ்டங்களை நிவர்த்தி செய்வதற்காக, லோக க்ஷேமார்த்தமாக, ஸ்ரீ சிருங்கேரி ஸ்ரீ காஞ்சி காமகோடி பீடாதிபதிகளின் பூரண ஆசிகளுடன், ஸ்ரீ ப்ரத்யங்கிரா ஸ்வாமிகள் தலைமையில் 180 அந்தணர்களால் சுபதினமான **27.4.2003 ஞாயிற்றுக்கிழமை** காலை 8 மணி முதல் இரவு 8 மணி வரை இடைவிடாது **ஸ்ரீ மஹாப்ரத்யங்கிரா தேவிக்கு ஏகதின கோடி அர்ச்சனை** நிறைவேற உள்ளது. அன்று இரவு 8 மணிக்கு குடும்பத்தில் நிலவி வரும் பல தடைகளை (முட்டு) விலக்கும் **முட்டு இறக்கல்** பூஜை நடைபெறும்.

குடும்பத்தில் நிலவி வரும் பலவிதமான தடைகள் (முட்டுக்கள்): சத்ரு முட்டு, வித்யா முட்டு, தொழில் முட்டு, கிரக முட்டு, மாங்கல்ய முட்டு, அபிவிருத்தி முட்டு, பூத ப்ரேத முட்டு, குலதேவதா முட்டு, பித்ரு முட்டு, சந்தான முட்டு, வம்ச அபிவிருத்தி முட்டு, சர்ப்ப முட்டு என்ற 12 வகை தடைகளை விலக்குவதற்காக முட்டு இறக்கல் நிகழ்ச்சி நிறைவேற உள்ளது.

இவ்வேளையில் பக்தர்கள் குடும்பத்துடன் வந்து அம்பாளின் படிக்கட்டுகளில் முட்டு இறக்கி தடைகளை விலக்கி, கல்யாணம், உத்தியோகம், புத்திரப்பேறு, தொழில் அபிவிருத்தி, பூதப்ரேத உபத்திரவம், குலதெய்வம் மற்றும் பித்ரு சாபம் சர்ப்பதோஷம் இவைகளை நிவர்த்தி செய்து மங்களம் பெறலாம். இவ் வேளையில் பால் பாயசம், வெல்லப் பாயாசம், வெள்ளை நைவேத்தியம், அப்பம், திருமதுரம் போன்ற பிரசாதங்கள் தேவிக்கு சமர்ப்பிக்கப் பெற்று பக்தர்களுக்கு வழங்கப் பெறும்.

ஏக தின கோடி அர்ச்சனைக்கு ரூ. 500/-ம், முட்டு இறக்கல் பூஜைக்கு 1000/-ம் 12 தேங்காய்களும் நிர்ணயிக்கப் பெற்றுள்ளது. சாந்நித்யமான இம் மஹா பூஜைகளை நடத்தலாம் என்று ஸ்ரீ மஹா ப்ரத்யங்கிரா தேவி பிரசன்ன வாக்கு வழங்கியிருப்பதால் இம்மஹா பூஜைகளில் உபயம் செலுத்தி கலந்து கொள்வது என்பது தெய்வம் நினைத்தால் மட்டுமே நடக்கக்கூடியது என்பதே உண்மை.

ஸ்ரீ மஹா ப்ரத்யங்கிரா தேவியை ப்ரீதி செய்து காலக் கொடுமைகளில் இருந்து விலகி சுகம் பெறவும் இந்தப் பூஜைகளில் உபயம் செலுத்தி கலந்து கொள்ளலாம். உபயத் தொகைக்கான டிமாண்ட் டிராப்டை **SRI PRATHIYANGIRA ASHRAM TRUST** என்ற பெயருக்கு எடுத்து, ஆஸ்ரமம் முகவரிக்கு அனுப்பினால் ரசீது அனுப்பப் பெறும். ரசீது பெற்றுக் கொண்டு குடும்பத்தினருடன் இந்தப் பூஜைகளில் கலந்து கொள்ளலாம்.

குறிப்பு: ஸ்ரீ மஹா ப்ரத்யங்கிரா தேவியின் கர்ப்பகிரஹ புனர் நிர்மாணப் பணிக்கு நன்கொடைகள் வரவேற்கப்படுகின்றன.

கிறார். ஆசிரியர் டாக்டர். ஜிடி. அன்பரசன்.

பக். 144, விலை ரூ. 40.00

(சித்தர் கலைப் பதிப்பகம், 9, அகத்தியர் தெரு, பாரதியார் நகர், பட்டாபிராம், சென்னை - 600 072)

திருக்குறள்

திருக்குறளில் அனைத்துக் குறட்பாக்களுக்கும் முற்கால உரை, தற்கால உரை, புதிய உரை என்று பிரித்துத் தந்து எளிய விளக்கமும் அளிக்கிறார் ஆசிரியர் டாக்டர் எஸ். நவராஜ் செல்லையா.

பக். 592, விலை ரூ. 180.00

(ராஜ்மோகன் பதிப்பகம், 8, போலீஸ் குவார்ட்டர்ஸ் ரோடு, தி. நகர், சென்னை - 600 017)

அன்னை ஸ்ரீ சாரதாதேவியின் அன்புமொழிகள்

அன்னை தம் சீடர்களுக்கு அறிவுறுத்தி, போதனை செய்தவற்றை அவர் தம் சீடர்கள் பலர் இங்கு பகிர்ந்து கொள்கின்றனர். அன்னையின் அனுபவ வார்த்தைகள் அனைவருக்கும் வழிகாட்டுதலாக அமையும். இந்தக் கட்டுரைகளைத் தமிழில் மொழி பெயர்த்துத் தந்திருப்பவர் சுவாமி ஆசுதோஷானந்தர்.

பக். 694 விலை ரூ. 100.00

(ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண மடம், மயிலாப்பூர், சென்னை - 600 004)

ஜோதிட ரகசியங்கள் 1008

ஜோதிடத்தில் ஏற்படும் பொதுவான ஐயங்களுக்குக் கேள்வி பதில் வடிவில் விளக்கம் உள்ளது. ஆசிரியர் எடையூர் சிவமதி.

பக். 392 விலை ரூ. 74.00

(மணிமேகலைப் பிரசுரம், 1447 7 (ப.எ.-4) தணிகாசலம் சாலை, தி. நகர், சென்னை - 600 017)

ஏற்றுமதி இறக்குமதி தொழில் வேலை வாய்ப்பு

இந்தத் துறையில் உள்ள வாய்ப்புகள் பற்றிய விரிவான தகவல்கள் அடங்கிய நூல். இந்தத் தொழிலில் உள்ள சட்டங்கள் முதல் இன்டர்நெட் பயன்பாடு வரை முழுமையாகக் கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. தொழில் முனைவோருக்குப் பயனளிக்கும் நூல். ஆசிரியர் டாக்டர் எஸ். சத்தியமூர்த்தி.

பக். 480, விலை ரூ. 450.00

(சி. சீத்தாராமன் அண்ட் கோ, 37/1, ராயப்பேட்டை ஹைரோடு, சென்னை - 600 014)

ஸ்ரீ ஜகத்குரு ஸ்ரீ காஞ்சி ஆசார்யாள் மடத்து ஆஸ்தான பாரத கணித பஞ்சாங்கம்

சுபானு வருஷத்து 2003 - 2004க்கான சுத்த திருக்கணிதப் பஞ்சாங்கம். கணித்திருப்பவர் ஜோதிஷ பூஷணம் எல்.வி.எஸ். மணி. ஹிந்துக்களின் முக்கியப் பண்டிகைகள், ச்ரார்த்த தினங்கள், தசாபுக்தி அந்தரங்கள், பஞ்சபக்ஷி சாஸ்திரங்கள் என்று பல விவரங்களும் இப்பஞ்சாங்கத்தில் இடம்பெற்றுள்ளன.

விலை ரூ. 20.00

(வெங்கட்ராமன் அண்ட் பிரதர்ஸ், சங்கர கிருபா, 183, யாதவாள் தெரு, ஆதம்பாக்கம், சென்னை - 600 088)

ஸ்ரீநிவாஸன் பஞ்சாங்கம்

சுபானு வருஷத்திய சுத்த திருக்கணித சர்வ முகூர்த்த பஞ்சாங்கத்தைக் கணித்து வழங்குபவர் எம்.வி. நரநாராயணன். நவநாயகர் பலன்கள், ஆதாய விரய விவரம், ஆண்டின் மழையளவு, நக்ஷத்திர பலன்கள், நவக்கிரக தோத்திரங்கள் இப்படி ஏராளமான அம்சங்களைத் தந்துள்ளவர், இலவசமாக - 'தினசரி வாழ்க்கையில் பஞ்சாங்கம் பார்த்து வெற்றி பெறுவது எப்படி?' என்கிற புத்தகமும்!

விலை ரூ. 45.00

(ஸ்ரீ ஹயக்ரீவன் ஜோதிட நிலையம், 107 புட்டா நாகைய்யர் தெரு, சிங்கமெத்தை அருகில், சேலம் - 1)

கேஸட்

Sri Venkatesa Suprabahtam & Sri Vishnu Sahasranamam

புதிய முயற்சியாக, சுந்தர வீணையில் மேற்படி பாசுரங்கள் இசைக்கப்பட்டு வெளிவந்துள்ளது. கேட்பதற்கு இனிமையாக அமைந்துள்ள இந்த கான மழையை வீணையில் மீட்டுபவர் எஸ். வெங்கடேசன்.

விலை ரூ. 30.00

(8, வேது தெரு, பாலாஜி நகர், அனகாபுத்தூர், சென்னை - 600 070)

Sri Lakshmi Narayana Hrdayam

முதல் பாதியில் நாராயண ஹிருதயம், தியானம், பிரார்த்தனை ஸ்லோகங்களும் இரண்டாம் பகுதியில் ஸ்ரீ லக்ஷ்மி ஹிருதய நாயசம், ஸ்ரீ லக்ஷ்மி ஹிருதயம், தியான ஸ்லோகம், மந்திரங்களும், பிரேமா ரெங்கராஜனின் கம்பீரக் குரலில் ஒலிக்கின்றன.

விலை ரூ. 50.00

(சூப்பர் டேப் அண்ட் டூல்ஸ் லிமிடெட்)

தங்கம் விலை ஏறுதடி தங்கமே தங்கம்!



சென்ற வருடம் ஜனவரி மாதத்தில் ஒரு கிராம் தங்கத்தின் விலை 424 ரூபாய். இன்றைய நிலவரப்படி, 541 ரூபாய். இது சுமார் இருபத்தி ஐந்து சதவீத விலை உயர்வு. அதுவும் குறிப்பாக கடந்த நான்கு மாதங்களில்தான் இந்தக் கிடுகிடு உயர்வு. இதற்கு என்ன காரணம்? என்று ஆராய்ந்த போது சொல்லப்பட்ட காரணங்கள் :

நம் நாட்டைப் பொறுத்தவரை, குறிப்பாக, தென்னிந்தியாவைப் பொறுத்தவரை இது திருமண சீசன். பொதுவாக, தை மாதத்துக்கு, சில மாதங்களுக்கு முன்பு இருந்தே, நகைகள் வாங்க ஆரம்பித்து விடுகிறார்கள். இதன் காரணமாக, ஒவ்வொரு ஆண்டுமே, இந்த சீசனில், தங்கத்தின் விலை கொஞ்சம் உயரும். அதன் பின் சற்றுக் குறையும். ஆனால், இந்த வருடம், இதையும் மீறி, விலை ஏறுமுகமாக இருக்கிறது. இதற்கு அகில உலக அளவில் சில காரணங்கள் கூறப்படுகின்றன.

உலக மார்க்கெட்டில் அமெரிக்க டாலரின் மதிப்பு அதிகரிக்கிற போது, அதற்கு எதிர்மாறாக தங்கத்தின் விலை குறையும். அதே போல, டாலரின் மதிப்பு குறைகிற போது, தங்கத்தின் விலை அதிகரிக்கும். இது பொருளாதார மரபு. சமீப காலமாக, உலகச் சந்தையில் டாலரின் மதிப்பு இறங்குமுகமாக இருக்கிறது. இதற்குக் காரணம், ஐரோப்பிய நாடுகள் அனைத்தும் ஒன்றிணைந்து, தங்களுக்கென்று அறிமுகப்படுத்திய புதியதொரு கரன்ஸியான யூரோ டாலர், படு ஸ்டிராங்காகிக் கொண்டு வருகிறது. இது, அமெரிக்க டாலரைப் பலவீனப்படுத்தி விட்டது. டாலர் பலவீனப்பட, தங்கம் விலை ஏறுமுகமாகி விட்டது.

அமெரிக்கா மீதான பின்லேடனின் தாக்குதலுக்குப் பின் அமெரிக்கா உட்பட, உலகப் பொருளாதாரம் ஒரு தேக்க நிலையை அடைந்தது. இதனால், நியூயார்க் ஸ்டாக் எக்ஸ்சேஞ்ச் உட்பட, உலகின் ஸ்டாக் மார்க்கெட் படுத்து விட்டது. இதனால், ஸ்டாக் மார்க்கெட்டை விட, தங்கத்தில் முதலீடு செய்வது லாபம் என்கிற மனப்போக்கு வந்து விட்டது.

பிரிட்டன் உட்பட, உலகின் முக்கிய நாடுகளில் இயங்கி வரும் பெரிய வங்கிகள், தங்கள் கைவசம் உள்ள தங்கத்தை மாதந்தோறும் அல்லது குறிப்பிட்ட இடைவெளியில் ஏலம் மூலமாகவோ, மற்ற விதங்களிலோ, வெளி மார்க்கெட்டில் விற்பனை செய்வார்கள். தங்கத்தின் விலை ஏறிக் கொண்டே இருப்பது

கண்டு, இந்தப் பெரிய வங்கிகள், இப்போது விற்பதை விட, இன்னும் கொஞ்ச காலம் நம்மிடமே வைத்துக் கொண்டு இருந்து விட்டு, அதன்பின் விற்றால், இன்னும் நிறைய லாபம் கிடைக்கும் என்று கணக்குப் போட்டு, வெளிமார்க்கெட் விற்பனையை நிறுத்தி விட்டார்கள். உலகச் சந்தையில் தங்கத்தின் வரவு கட்டுப்படுத்தப்பட்டு விட்ட நிலையில், தேவை அதிகரித்துக் கொண்டே இருக்க, விலை ஏற்றம் தவிர்க்க முடியாததாகி விட்டது.

இன்னொரு முக்கியமான காரணமாகச் சொல்லப்படுவது, அமெரிக்கா, ஈராக் மீது போர்த்தொடுக்கும் அபாயம் நிலவி வருவது. போன தடவை, வளைகுடா யுத்தம் நடந்த போது, அங்கு வசிக்கும் பிற நாட்டவர்கள் குறிப்பாக இந்தியர்கள், வெளியேற்றப்பட்டார்கள். அப்படி வெளியேறிய இந்தியர்களில் ஆயிரக்கணக்கானோர், தங்களது உடைமைகள் அனைத்தையும் அங்கேயே விட்டு விட்டு, நாட்டை விட்டு வெளியேற வேண்டிய சூழ்நிலை உருவானது.

மறுபடி வளைகுடாப் போர் ஏற்படுமானால், மீண்டும் அங்கிருந்து வெளியேற வேண்டிய சூழ்நிலை ஏற்படும். அப்போது, சட்டென்று எடுத்துக் கொண்டு வருவதற்குச் சௌகரியமாக இருக்கும் என்ற எண்ணத்துடன், வளைகுடா நாடுகளில் பணிபுரியும் இந்தியர்கள் தங்கள் சேமிப்புகளை, தங்கமாக மாற்றி பத்திரப்படுத்திக் கொண்டிருக்கிறார்களாம். இதனால் தங்கத்துக்கு ஏகப்பட்ட டிமாண்டு!

அயல்நாடுகளில் வசிக்கும் இந்தியர்கள், இந்தியா வரும் போது, பத்து கிலோ வரை தங்கம் கொண்டு வர இந்திய அரசு அனுமதிக்கிறது. (ஒரு நிமிஷம்! பத்து கிலோ தங்கத்துக்கு இன்றைய தேதியில் என்ன மதிப்பு தெரியுமா? 54 லட்சம் ரூபாய்... யம்மா டி!)

— எஸ். சந்திரமௌலி



இம்மாத இல்லத்தரசி



சமையல் கூப்பன்

பொருள் : பாயசம் கடைசி தேதி : 15.03.2003

என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இதனுடன் அனுப்பியுள்ளேன். இச் சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்



இன்றைய இளைஞர்கள் சமுதாயத்திற்கே 'ரோல் மாடல்களாக'.
ஒவ்வொரு துறையிலும் சாதித்த இளைஞர்கள் இருக்கிறார்கள். அந்த 'உலக அளவு
சாதனைகள்' ஏதோ ஒரு நாட்களில் வந்தவையல்ல. தங்கள் வாழ்வின் பற்பல துயரம்,
தோல்விகளைக் கூட வெற்றிக்கு வழியாக அமைத்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள்.
இதோ அந்த உலகப் புகழ்பெற்ற இளைஞர்களை முறை –

ஏ.ஆர். ரஹ்மான் :

இன்று இந்தியாவின் பெயர் உலக அளவில் கொடிகட்டிப் பறக்கிறது என்றால் அதற்குக் காரணமான சிலரில் அமைதியும், கண்ணியமும் நிறைந்த இந்த இளைஞரும் ஒருவர். அதிகம் பேசாத ஏ.ஆர். ரஹ்மானைப் பற்றி உலகமே மெச்சிப் பேசுகிறது.

இசையுலகில் எந்த இசையமைப்பாளரைக் கேட்டாலும், 'திலீப்குமாரா? அவன் எங்கள் ட்ரூப்பில் கீ போர்ட் வாசித்திருக்கிறானே?' என்று சொல்கிற அளவிற்கு எல்லா இடங்களிலும் உழைத்திருக்கிறார், 'மிகவும் திறமையுடன் கீ போர்ட் வாசிப்பான்' என்று சொல்லுமளவிற்கு

துன்பமும், தோல்விகளும் வெற்றிக்குத் துணையாகும்!

சிறு வயதில் தந்தை மறைந்து விடக் குடும்பப் பாரத்தைச் சுமக்க வேண்டிய பொறுப்பு. உயிர்ப் போகுமளவிற்கு நோய் ஏற்பட, தாயின் கண்ணீரும் இஸ்லாமியப் பெரியவர்களின் பிரார்த்தனைகளும் கொடுத்த மறு ஜென்மம் என்று, ரஹ்மானின் வாழ்க்கையில் துன்பங்களுக்கும், வேதனைகளுக்கும் பஞ்சமே இல்லை! தீராக் கஷ்டத்திலும், ஏதாவது சாதிக்க வேண்டும் என்கிற வேட்கையுடன், இராத்திரி பகல் உழைத்தவர் ஏ.ஆர்.ஆர். 'அவரது வாழ்க்கையின் மிக முக்கிய திருப்பு முனை யார் அல்லது என்ன நிகழ்வு?' என்று கேட்டபோது அவர் கூறியது -

"என் வாழ்க்கையில் பெரும் திருப்பு முனைகளுக் காரணமானவர் என் தாய்தான். வறுமையால் ஹைஸ்கூல் படிப்பை நிறுத்தி விட வேண்டிய நிலை ஏற்பட்ட போது, சங்கீதத்தில்தான் என் எதிர்காலம் இருக்கிறது என்று அவர் தீவிரமாக நம்பினார். என் தாய் அப்படிச் செய்திருக்காவிட்டால் நான் சங்கீதத் துறையை இந்தளவு தீவிரமாகப் பின்பற்றியிருக்க மாட்டேன். இறைவன் என் தாய்க்கு நல்ல ஆரோக்கியமும், நீண்ட ஆயுளும் அருளட்டும்!

இதைத் தவிர வாழ்க்கையை ஒரு துறவு மனப்பான்மையுடன் நடத்திச் செல்வதற்கு சூஃபி பீர்கள் எனக்கு உறுதுணையாக இருக்கிறார்கள். இந்த மனப்பான்மையை வளர்த்துக் கொண்டால் வெற்றி- தோல்விகள் நம்மைப் பாதிக்காது என்று நம்புகிறேன்" என்கிறார் ஏ.ஆர். ரஹ்மான்.

மாண்டோலின் ஸ்ரீனிவாஸ் :

தன்னடக்கமும், மரியாதையும் நிறைந்த மற்றொரு இசையுலக நட்சத்திரம் மாண்டோலின் ஸ்ரீனிவாஸ். மாண்டோலின் என்கிற ஒரு இசை வாத்தியத்தை முதன் முதலாக கர்நாடக சங்கீத உலகிற்குக் கொண்டு வரக் காரணமாக இருந்தவன் சிறுவன் ஸ்ரீனிவாஸ்.

ஸ்ரீனிவாஸின் குடும்பம் சங்கீதத்தில் ஊறியது என்றாலும், அவரது தந்தைக்குத் தன் மகன் நன்றாகப் படித்து முன்னேற வேண்டும் என்கிற எண்ணம் தான் தீவிரமாக இருந்தது. அவர் மற்ற குழந்தைகளுக்குச் சங்கீதம் கற்றுக் கொடுத்தாலும் தன் மகனுக்குக் கற்றுத் தரவில்லை. ஆனால் ஐந்து வயது ஸ்ரீனிவாஸ் சங்கீதத்தை இரசித்துக் கொண்டிருந்ததை அவன் தந்தையின் நண்பர் ஒருவர் கவனித்து விட்டார். "உன் மகனுக்கும் ஏன் சங்கீதம் கற்றுத் தரக் கூடாது?" என்று ஸ்ரீனிவாஸின் தந்தையிடம் வாதாடினார்.

அவரும் ஒருவாறாக ஒப்புக் கொண்ட போது மீண்டும் ஒரு பிரச்னை. ஸ்ரீனிவாஸிற்கு வாய்ப்பாட்டில் நாட்டமில்லை. அவருடைய தந்தை, பாட்டு கற்றுக் கொடுப்பதற்கு உபயோகித்து வந்த ஒரு வாத்தியத்தில் சங்கீதம் கற்க வேண்டும் என்று ஆசைப்பட்டான். ஆனால் அந்த விநோதமான வாத்தியத்தில் இதுவரையில் யாரும் கர்நாடக சங்கீதம் வாசித்ததே இல்லை! அதை அவன் தந்தைக்கும் கற்றுத் தரத் தெரியவில்லை. (மாண்டோலினை அவர் சுருதி சேர்ப்பதற்காக உபயோகித்துக் கொண்டிருந்தார்) அதனால் அவர் வாய்ப்பாட்டாகக் கற்றுத் தர, ஸ்ரீனிவாஸ் அதே மாதிரி அந்த வாத்தியத்தில் பின்தொடர முயற்சிப்பான்."



இப்படியாக, படிப்படியாக சரளி வரிசை, ஜண்டை வரிசை... வர்ணம்... கீர்த்தனைகள் என்று ஒவ்வொன்றையும், சுயமுயற்சியால் மட்டுமே கற்றுக் கொண்டான் சிறுவன் ஸ்ரீனிவாஸ்! ஒன்பது வயதான ஸ்ரீனிவாஸ் மாண்டோலின் பயிற்சி செய்து கொண்டிருந்த போது, அந்த நண்பர் அதைக் கேட்டு விட்டு ஆச்சரியப்பட்டார். குடிவாடாவில் ஒரு சங்கீத விழா நடக்கவிருந்தது. ஸ்ரீனிவாஸ் தன்னுடைய விநோதமான வாத்தியத்தை அங்கு வந்து வாசிக்க வேண்டும் என்று கேட்டார் நண்பர்.

அதுவரையில் கச்சேரி செய்யும் அளவிற்கு வித்வானாக வேண்டும் என்கிற ஆசை எதுவும் அச் சிறுவனுக்கு இல்லை. "என்னுடைய முதல் கச்சேரி அதுதான். அரங்கத்தில் பத்துப் பதினைந்து பேர்கள் மட்டுமே அமர்ந்திருந்தார்கள். "ஏதோ மாண்டோலினாம். அதில் இந்தச் சின்னப் பையன் கச்சேரி செய்யப் போகிறானாம்" என்று பேசிக் கொண்டார்கள். கச்சேரி முடியும் தருவாயில், அரங்கத்தில் மூவாயிரம் பேருக்கு மேல் இருந் தார்கள்! அதுதான் என்னுடைய முதல் அரங்கேற்றம்" என்று அடக்கமாகச் சிரிக் கிறார் ஸ்ரீனிவாஸ்.

இந்தியன் ஃபைன் ஆர்ட்ஸ் முதன் முதலில் சென்னையில் ஸ்ரீனிவாஸிற்கு வாய்ப்பளித்தது. வீணை பாலச்சந்தர் தலைமை வகித்தார். சேஷகோபாலன், விமர்சகர் சுப்புடு எல்லோரும் அமர்ந்திருந்தார்கள்.

"இவர்களைப் பார்த்ததும் எனக்குப் பயம் வந்து விட்டது. ஆனால் மாண்டோலினை கையில் எடுத்து வாசிக்க ஆரம்பித்தவுடன் எல்லாமே மறந்து விட்டது. கச்சேரியின் இடையில் சேஷகோபாலன் சார் வந்து, என் கையில் தங்க மோதிரம் அணிவித்தார். வீணை பாலச்சந்தர் சார், "இந்த வாத்யத்தில் கர்நாடக சங்கீதம் வாசிப்பது பெரும் ஆச்சரியம்" என்று கூறினார். அடுத்த நாள் சுப்புடு சார் என் கச்சேரியைப் பாராட்டி எழுதினார். அப்போது எனக்குப் பதினோரு வயதுதான் என்று எல்லோருக்குமே தெரியும்" என்று நகைத்தார் ஸ்ரீனிவாஸ்.

இதைத் தொடர்ந்து 'ஜாஸ் இண்டர் நேஷனல்' விழாவில் ஜெர்மனியில் ஒரு மணி நேரக் கச்சேரி. பதின்மூன்று வயது சிறுவன் வாசித்து முடித்த போது ரசிகர்கள் மீண்டும் கச்சேரி தொடர வேண்டும் என்று கேட்டார்கள்!

"ஆரம்பத்தில் நான் மாண்டோலினில் வாசிக்க ஆரம்பித்த போது எல்லோரும், "இவன் ஏன் இந்த வாத்தியத்தை எடுத்துக் கொண்டிருக்கிறான்? இதில் கர்நாடக சங்கீதம் இசைப்பதற்கு வரவே வராதே? சுத்த பைத்தியக்காரத்தனமான முயற்சி" என்றெல்லாம் கேலி செய்தார்கள். நம் அற்புதமான சங்கீதக் கலையை மாண்டோலினில் இசைக்க முடியும் என்று தீவிரமாக நம்பி, ஒரு நாளைக்குப் பத்து மணி நேரம் வரை பயிற்சி செய்து, கடுமையாக உழைத்தேன். இதற்காக என் பள்ளிப் படிப்பையும் நிறுத்தி விட்டு கரஸ்பாண்டன்ஸில் படித்தேன். தெய்வ அனுகிரஹத்தால் என் நம்பிக்கை வீண் போகவில்லை" - என்று கூறும் ஸ்ரீனிவாஸ் தற்போது உலக அளவில் புகழ் பெற்ற சங்கீத கலைஞர்களுடன் சேர்ந்து 'ஃப்யூஷன் ம்யூசிக்கில்' ஈடுபட்டிருக்கிறார்.

தக்காளி ரசம் பண்ணும் போது தக்காளியை அப்படியே சேர்க்காமல் தக்காளி, கொஞ்சம் சீரகம், கொத்துமல்லித் தழை யாவற்றையும் அரைத்துச் செய்தால் சூப்பராய் இருக்கும். விரதம் இல்லாத நாட்களில் இதனுடன் 2 (அ) 3 பற்கள் பூண்டும் சேர்த்து அரைத்துச் செய்தால் மிக மிக ருசியாகவும், மணமாகவும் இருக்கும்.

- வைதேகி ரமணி.



சந்திப் ஸ்ரீகாந்த் : *(இந்தியாவின் நம்பர் ஒன் படகோட்டி)*

'டின் டின்' காமிக்ஸ் படித்து விட்டு அதில் வரும் கேப்டன் ஹாடோக் போல், 'நாமும் ஒரு கப்பல் வாங்க வேண்டும்' என்று ஏங்கிய சிறுவனின் கனவு நிஜமாகி இருக்கிறது.

இன்று இருபத்தியோரு வயதில், 6 அடி 8" உயரமுள்ள துடிதுடிப்பான இளைஞனான ஸ்ரீகாந்த் பெற்றோருக்கு ஒரே மகன். எம்.டீ.வி. சானலில், கண்கவரும் படகில் சவாரி செய்யும் உல்லாச இளைஞனாக



காண்பிக்கப்படும் ஸ்ரீகாந்த் நிஜத்தில் பயிற்சி பெற்றது நீச்சலில்! நீச்சல் போட்டியில் தெற்கு மண்டலத்தில் தமிழ்நாட்டின் பிரதிநிதியாகக் கலந்து, வெற்றிப் பெற்றுக் கொண்டிருந்தான் ஸ்ரீகாந்த். தந்தையுடன் கிளப்பிற்குச் சென்று நீச்சல் மற்றும் செய்லிங்கில் (படகோட்டுவது) பொழுது போக்குவதற்காக ஈடுபட்டிருந்தான் அவன்.

அப்போது தேசிய அளவில் ஒரு நீச்சல் போட்டி முடிந்திருந்தது. விடுமுறை நாட்கள் வேறு. சும்மா வெட்டியாகத் திரிந்துக் கொண்டிருந்த அச் சிறுவனின் வாழ்க்கைப் பாதை திசைமாறியது அப்போதுதான். தேசிய அளவில் ஒரு குழு 'லேஸர்' படகோட்டிப் போட்டிக்காகக் கிளம்பிக் கொண்டிருந்தது அங்கு நடமாடிக் கொண்டிருந்த ஸ்ரீகாந்திடம்.

"நீயும் எங்களுடன் ஹைதராபாத்திற்கு வா, எங்கள் குழுவிற்கு உதவியாக இருக்கலாம்" என்றிருக்கிறார்கள்.

சும்மா ஜாலியாகப் போய் வரலாமே என்று கிளம்பினான் ஸ்ரீகாந்த். அங்கு சென்றபோது மூன்று புகழ்பெற்ற படகோட்டிகளைச் சந்திக்க நேர்ந்தது. மேஜர் கௌதம் தாத்தா, லெஃப்டினன்ட் மஹேஷ் மற்றும் நிதின் மோங்கியா மூவரும் இந்தியாவின் தலைசிறந்தப் பட கோட்டிகள். இத் துறையில் எத்தனை தூரம் முன்னேறலாம் என்று அறிவுரை செய்தார்கள்.



மேலும் திருமலை மஹாதேவன் என்கிற படகோட்டி, இந்தியாவின் சார்பில் படகோட்டும் போட்டியில் கலந்து கொண்ட பிறகு





தனது குடும்பத்தினரைச் சந்திப்பதற்கு அமெரிக்காவிலிருந்து சென்னைக்கு வந்திருந்தார். அந்தச் சமயத்தில் ஸ்ரீகாந்த் படகோட்டுவதைப் பார்த்து, "இந்தத் துறையில் உனக்கு நல்ல எதிர்காலம் இருக்கிறது. இதையே நீ சீரியஸாக எடுத்துக் கொள்" என்று கூறினார்.

ஸ்ரீகாந்திற்கு நம்பிக்கை ஏற்படவும் படகோட்டும் போட்டிகளில் கலந்து கொள்ள ஆரம்பித்தார். பல ஜூனியர் மற்றும் சீனியர் செய்லிங் போட்டிகளில் கலந்து கொண்டிருக்கும் ஸ்ரீகாந்த் இன்று இந்தியாவின் நம்பர் ஒன் செய்லர். நீச்சல் துறையிலிருந்து, படகோட்டும் துறைக்கு மாறி வந்து, முதலிடத்தைப் பிடித்திருக்கும் ஸ்ரீகாந்தின் முயற்சி, அடுத்து வரும் ஒலிம்பிக் போட்டியில் பதக்கம் பெற வேண்டும் என்பதுதான். இவரது உயரம், வேகமாக அடிக்கும் காற்றினால் ஏற்படும் சிக்கலைச் சமாளிக்க உதவுகிறதாம். இவரது உயரத்தைப் போலவே, திசை மாறி வந்திருக்கும் இவரது ஆற்றலும் உயரே உயரே, வானத்தை எட்டிப் பிடிக்கட்டும்.

வித்யா பிள்ளை : *(தேசிய ஸ்னூக்கர் (பெண்கள்) சேம்பியன்*

புகழ்பெற்ற ஒளிப்பதிவாளர் பி.சி. ஸ்ரீராமிடம் (ஒளிப்பதிவுத் துறையில்) பயிற்சி எடுத்துக் கொண்ட வித்யா பிள்ளை அதை அப்படியே விட்டு விட்டு விளையாட்டுத் துறைக்குத் தாவினார்! ஏன்?

லயோலா கல்லூரியில் விஷுவல் கம்யூனிகேஷன் படித்து விட்டு, சில விளம்பர நிறுவனங்களில் பணிபுரிந்து விட்டு பி.சி. ஸ்ரீராமிடம் வேலைக்குச் சேர்ந்த வித்யாவின் வாழ்க்கையை, ஒரு மாலை நேரப் பொழுது போக்கு மாற்றி விட்டது. அதற்குக் காரணம்

சென்னையில் இரண்டு மூன்று ஆண்டுகளாகக் கிளம்பியிருக்கும் ஒரு புதிய பொழுதுபோக்கு விளையாட்டுதான்.

நகரத்தில் ஆங்காங்கே தோன்றியிருக்கும் 'பார்லர்'களிலும், பொழுதுபோக்கு மையங்களிலும் மாலை நேரப் பொழுதுபோக்கிற்காக இளைஞர்கள் குழுமி விடுகிறார்கள். இங்குள்ள 'பூல் டேபிள்களில்' 'எய்ட் பூல்'. 'நைன் பூல்' என்று விளையாடித் தள்ளுகிறார்கள்.

"ஒரு தடவைக்கு நாற்பது ரூபாய் வரையில் கொடுத்தால் இப்படி விளையாடலாம். வாஸ்தவத்தில் இந்த விளையாட்டின் மூலம் பில்லியார்ட்ஸ், ஸ்னூக்கர் போன்ற விளையாட்டிற்கான பயிற்சி கிடைக்கிறது. ஸ்னூக்கர் விளையாட்டில், தற்செயலாக என்னுடைய இருபத்தி இரண்டாவது வயதில் தான் எனக்கு அக்கறை ஏற்பட்டது. வேலை முடிந்து, மாலை வேளைகளில் பார்லர்களுக்குச் சென்று விளையாடுவது வழக்கமாகியது. இந்த விளையாட்டை நான் ஆரம்பத்தில் சீரியஸாகவே எடுத்துக் கொள்ளவில்லை. ஸ்னூக்கர்' விளையாட்டில் எத்தனை தூரம் முன்னேற முடியும் என்று மூன்றாண்டுகளுக்கு முன் எனக்குத் தெரிந்திருக்கவில்லை.

ஒருநாள் தமிழ்நாட்டின் சிறந்த ஸ்னூக்கர் வீராங்கனை கமலா சந்திரபாபு விளையாடுவதைப் பார்த்தேன். அவருக்கு வயது எழுபது! அப்போது நானே என்னைக் கேட்டுக் கொண்ட கேள்வி, "நாம் ஏன் பூல் டேபிளில் பொழுதுபோக்கிற்காக விளையாடி நேரத்தை வீண்டித்துக் கொண்டிருக்கிறோம், என் கண் முன்னே எழுபது வயது மூதாட்டி தீவிரமான போட்டி மனப்பான்மையுடன் விளையாடிக் கொண்டிருக்கும் போது?" "அன்றைக்குத் தான் இந்த விளையாட்டை சீரியஸாக எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்கிற எண்ணம் முதன் முதலில் உதித்தது" என்கிறார் வித்யா.

இந்த விளையாட்டில் மும்முரமாக ஈடுபட ஆரம்பித்த பொழுது, கொஞ்சம் கொஞ்சமாகத் தொழிலில் கவனம் செலுத்த முடியாமல் போனது. அதனால் அதை ஒரேயடியாக விட்டு விட்டார்!

"என்னை ஊக்குவித்தவர்களும், எனக்குப் பயிற்சி அளித்தவர்களும் இன்னார்தான் என்று குறிப்பிட்டுச் சொல்ல முடியாது. நான் ஒவ்வொரு முறையும் விளையாட்டுப் போட்டிகளில் தோல்வி அடைந்த போது, எத்தனையோ பேர் எனக்கு ஊக்கமளித்து, நான் இந்த விளையாட்டை விட்டு விடாமலிருக்கக் காரணமாக இருந்திருக்கிறார்கள்.

வாஸ்தவத்தில் தோல்விகள்தான் என் வாழ்க்கையின் திருப்புமுனைகள் என்று கூடச் சொல்லலாம். எத்தனையோ தடவை, 'சரி, இனி விட்டு விடலாம்' என்று சங்கடப் பட்டிருக்கிறேன். ஆனால் ஒவ்வொரு தோல்வியும் என்னை மேலும் மேலும் தீவிரமடையச் செய்தது."

என்று கூறும் வித்யா மூன்று முறை தொடர்ச்சியாக ஸ்டேட் சேம்பியனாக ஜெயித்தார். ஆனால் தேசிய அளவில் வெற்றி ஏனோ கைக்கெட்டாமல் நழுவிக் கொண்டே போனது.

"இதற்குக் காரணம் மாநில அளவில் விளையாடுபவர்களுக்கும், தேசிய அளவில் விளையாடுபவர்களுக்கும் இடையே தரத்தில் பெரும் இடைவெளி இருப்பதுதான்" என்னும் வித்யா, வாரத்தில் ஏழு நாட்கள், தினந்தோறும் பத்து மணி நேரம் வரை பயிற்சி செய்தது வீண் போகவில்லை. சமீபத்தில் தேசிய அளவில் இந்தியாவின் சிறந்த ஸ்னூக்கர் வீராங்கனைப் பட்டத்தைப் பெற்றிருக்கிறார்.

"அடுத்த இலக்கு உலக அளவில் முன்னேறுவதுதான். அதற்காகத்தான் கடுமையாக உழைத்துக் கொண்டிருக்கிறேன். இனி ஸ்னூக்கர்தான் என் வாழ்க்கை" என்று தீர்மானமாகக் கூறுகிறார். ஒரு மாலை நேரப் பொழுதுபோக்கு வாழ்க்கையின் முக்கியக் குறிக்கோளாக மாறியது இப்படித்தான், வித்யா பிள்ளையின் வாழ்வில்!

தொகுப்பு : ஸ்வாதி

எல்லாப் பச்சைக் காய்கறிகளையும் பொடிப் பொடியாக நறுக்கி தயிர் சேர்த்து உப்புப் போட்டு, துளி சீரகப் பொடி போட்டு விட்டால் காய்கறிகள் தயிர்ப் பச்சடி மிகவும் சுவையாக இருக்கும். உடம்புக்கு ரொம்ப நல்லது.

- லக்ஷ்மி ரங்கநாதன்.



உலக்கையை விழுங்கி விட்டு, சுக்கு கஷாயம் சாப்பிட்ட கதையாய்...

தேவையில்லாத பிரச்னைகளை எல்லாம் இழுத்து விட்டுக் கொண்டு, கடைசி நேரத்தில் போய் 'சங்கரா சங்கரா' என்று அலறினால்...

என்ன நடக்கும் என்பதை இத்தனைக்குப் பிறகும் சொல்ல வேண்டுமா மைதிலி?

சரியாய் பாதி ராத்திரி பனிரெண்டு மணிக்கு மூச்சு விட முடியாமல் திணறிய போது... பாண்டியனுக்கு 'ஆஸ்பத்திரிக்குப் போறேன்' என்று பேஜரில் மெஸ்ஸேஜ்...

அடுத்த தெருவிலிருக்கும் என் பெரிய தம்பியும், அவன் மனைவியும்



காரை எடுத்துக் கொண்டு வர...

சினிமாக்களில் கிளைமாக்ஸ் காட்சிக்கென்றே மழை வருமே... அது மாதிரி வானம் பொத்துக் கொண்டு கொட்ட....

டாக்டருக்கு ஃபோன் செய்தால்... அவர் திடீரென மிரண்டார்.

''ராத்திரியில என்னம்மா பண்ண முடியும்? எதுக்கும் நான் சொன்ன ஹாஸ்பிடல்லே கொண்டு சேருங்க. காலையில வந்து பார்க்கறேன்...''

கொட்டும் மழையில் ஊர்வலம்... காற்றும், புயலும் வெளியே... நான் அல்பமாய் ஒரு மூச்சுக் காற்றுக்கு அல்லாடிக் கொண்டிருந்தேன்.

எனக்கு என்றைக்குமே ஸ்பெஷல் ராசி உண்டு ஜெயா... கல்யாணச் சாப்பாட்டின் போது எனக்குப் பக்கத்து இலை வரையில் அப்பளம் வரும். என் இலைக்கு வரும் போது, காலிக் கூடையைத் தட்டிக் காட்டி விட்டுப் போவார் பரிமாறுபவர். அடுத்த கூடை வந்தால், என் இலையை மறந்தே போய் விடுவார்கள். என்னைத் தான்டி

கனவு காணத்

வேகமாய்ப் போகும் அப்பளக் கூடையைப் பார்த்தபடி, ஏக்கப் பெருமூச்சுடன் இலையைத் தடவிக் கொண்டிருப்பேன் நான். ஸ்விட்டும் அப்படியே. சிறு வயசிலிருந்தே இதுதான் ஜாதகம்...

இப்படி ஒரிரு தடவை சினிமா டிக்கெட் க்யூவில் கூட நடந்திருக்கிறது.

எதற்காக இதைச் சொல்கிறேன் என்றால்... இங்கேயும் அப்படியே..

கொட்டும் மழையில் அரைகுறை நினைப்புடன் வலியிலும், மூச்சுத் திணறலிலும் அவஸ்தைப்பட்டுக் கொண்டிருந்த என்னை ஸ்டிரெச்சரில் தூக்கிப் போட்டு, உள்ளே கொண்டு போனதுதான் தெரியும்.

அதன் பின் நடந்ததை பாண்டியனும், என் தம்பி மனைவியும் சொல்லத்தான் தெரிந்து கொண்டேன்.

இதுபோன்ற சிக்கலான கேஸ்களுக்கு உடனே பொருத்தகூடிய 'ரெஸ்பிரேட்ரீ மாஸ்க்' இந்த மருத்துவமனையில் ஐந்துதான் இருந்திருக்கிறது... ஐந்தும் வேறு ஐந்து சீரியஸ் கேஸ்களுக்குப் பொருத்தப்பட்டிருந்தது.

எனக்காக யாருடையதை உருவ முடியும்?

"ஸாரிங்க... இங்கே வசதியில்லே. ஆனா நிலைமை ரொம்ப மோசமா இருக்கு. யாருக்கெல்லாம் தகவல் சொல்லணுமோ சொல்லிடுங்க."

இதற்குள் என் பேஜர் செய்தி கிடைத்த பாண்டியன், தன் மகனுடன் பைக்கில் வந்திருந்ததால், உடனே தேவகி மருத்துவமனை அவசர சிகிச்சைப் பிரிவில் சொல்லி, ஆம்புலன்ஸ்ஸை வரவழைக்க முடிந்தது.

அதே கொட்டும் மழையில் நனைந்தபடி ஸ்டிரெசரில் வைத்து, ஆம்புலன்ஸில் ஏற்றப்பட்டு...

ஜீவ மரணப் போராட்டம் என்பார்களே... அது இதுதான் வித்யா.

அத்தகைய யுத்தத்துக்குப் பின் கண் விழித்துப் பார்த்தபோது... கண்ணாடிக் கதவுக்குப் பின்னால் கவலை தோய்ந்த முகங்கள்...

நான் சிரமப்பட்டுக் கையை உயர்த்தி அசைத்தேன். அப்புறம்தான் சுற்றும் முற்றும் பார்த்தேன்.

டாக்டர் செரியன் புன்னகை ததும்பும் முகத்துடன். நடுவில் நாலைந்து வருடங்கள் பார்க்காவிட்டாலும், மறக்கக்கூடிய முகமில்லை அது.



அனுராதா ரமணன்

"எங்கே இருக்கேன்னு தெரியுதா?"

"........"

"நான் யாருன்னு தெரியுதா?"

"டாக்டர் செரியன்?"

"குட், காலையில பார்க்கறேன். இப்ப தூங்கு."

இப்பொழுதுதான் நான், என்னையே கவனித்தேன். மூக்கு, வாய் இப்படி ஆரம்பித்து, சகல துவாரங்களிலும் டியூப்; பக்கத்திலேயே 'பீப் பீப்' என இதயத் துடிப்பைக் காட்டும் கருவி. நாகலோகத்தில் படுத்திருப்

தொடங்கி விட்டேன்!

பது போல, தலைக்கு மேலே நாலைந்து பாட்டில்கள் தலைகீழாகத் தொங்க, அத்தனையும் என் கையில் ஒரு ஊசி மூலம் இணைக்கப்பட்டிருந்தது. நடுநடுவே ஒரு நர்ஸ், எனது ஆள்காட்டி விரலில், மருதாணி வைப்பது போல, ஏதோ ஒரு கருவியை வைத்து, என் உடம்பிலுள்ள ஆக்ஸிஜன் அளவைக் கணக்கிட்டுக் கொண்டிருந்தார்.

எல்லாம் சரி...

பழைய டாக்டர் எங்கே?

அவர் வரவேயில்லை! மறுநாள் பகல், தனது ஜூனியர் ஒருவரை அனுப்பி, உயிரோடு இருக்கிறேனா என்று பார்த்து வரச் சொன்னாராம். அப்புறம் அவரைப் பார்க்கவேயில்லை...

அந்த அக்டோபர் உற்சவத்துக்குப் பிறகு கிட்டத்தட்ட ஐந்து மாதங்கள்... டாக்டர் செரியன் என்னை, ஏதோ விம்பிள்டன் போட்டியில் கலந்து கொள்பவனைப் பயிற்றுவிக்கும் பயிற்சியாளர் மாதிரி பயிற்றுவித்தார்.

எல்லாம் 'பை'பாஸ் ஆபரேஷனில் பாஸ் பண்ணுவதற்காகத்தான்.

ஆனாலும் நிறைய கஷ்டப்பட்டேன் ராஜி மாமி. பிளட்பிரஷர் சமர்த்தாக இருந்தால், சர்க்கரை அநியாயத்துக்கு ஆட்டம் காட்டும். இரண்டுமே சரிதான் என்றால் நெஞ்சில் கபம்... அல்லது தொடர்ந்து இருமல்...

மொத்தத்தில் தீவிர சிகிச்சைப் பிரிவில் எனக்கென்று எப்பொழுதும் தயார் நிலையில் ஒரு படுக்கை.

இப்படி நான் சர்வசகஜமாய் ஐசியூவிற்கு அதுதாங்க - தீவிர சிகிச்சைப் பிரிவுக்கு வந்து போய்க் கொண்டிருக்க,

இந்த முறை அப்பாவும் என்னுடன் சேர்ந்து கொண்டார்.

"எனக்கும் ரெண்டு நாளாக் கழுத்தைப் பிடிக்கிறது. மூச்சு விட முடியலே. ஒரே ரூம்லே ரெண்டு கட்டில் கிடைக்குமான்னு பாரு..."

அன்றைக்கு அப்பாவும் என்னுடன் ஐ.ஸி.யு. வில்...

இரண்டு பேரும் எதிரெதிர் கட்டிலில் மூக்கில் ஆக்ஸிஜனைச் செருகிக் கொண்டு...

ஏக காலத்தில் கணவரும், வயிற்றில் பிறந்த பெண்ணும் தீவிர சிகிச்சையில் இருந்தால்... ஒருத்தி என்னதான் செய்வாள்?

அந்த துர்பாக்கியசாலி என் அம்மாதான்.

ஏற்கெனவே நான் சொல்லியிருப்பது போல கவலை எதுவும் இல்லாவிட்டாலே, 'அய்யோ... என்ன இப்படி இன்னிக்கு 'உலு உலுப்பா' இருக்கே' என்று கவலைப்படுகிறவள் அம்மா. இப்பொழுது கேட்கவே வேண்டாம்.

மாடியில், எனக்கும் அப்பாவுக்குமாய் ஒதுக்கப்பட்டிருந்த அறையில் ஒண்டியாய் உட்கார்ந்து கவலைப்பட முடியாத அம்மா, சந்தர்ப்பம் கிடைக்கும்பொழுதெல்லாம் மருத்துவமனையின் கீழ் தளத்திலுள்ள எங்களது ஜீவ மரண குருக்ஷேத்ரா ஸ்தல'த்துக்கு வந்து விடுவாள்.

நான் கண்ணைத் திறந்து பார்க்கும் போது, ஒன்று, அம்மா என்னருகில் நிற்பாள். இல்லாவிட்டால் எதிர் கட்டிலில் படுத்திருக்கும் அப்பாவின் பக்கத்தில் இருப்பாள்.

டாக்டர், யாராவது வருகிற சத்தம் கேட்டால், 'லபக்'கென சுவரில் பாய்ந்து ஓடும் பல்லி மாதிரி ஒடியும் விடுவாள்.

எனக்கு இடதுகைப் பக்கம் தொண்ணூற்றியிரண்டு வயசுப் பாட்டி. இரண்டு நாள் மூச்சு பேச்சில்லாமல் கிடந்து விட்டு, மூன்றாவது நாள், இடுங்கிய கண்களை மேலும் இடுக்கியபடி என் அம்மாவிடம் விசாரித்துக் கொண்டிருந்தாள்.

"உன் பொண்ணா?"

"உம்..."

"அது உன் வீட்டுக்காரரா?"

"ஆமா..."

"நேத்து கட்டிண்டிருந்தியே... மஞ்சளும் கறுப்புமா புளியங்கொட்டை கட்டந்துல

பொன் மொழி

நேர்த்தியாகச் செய்து முடிப்பதுடன் உன் வேலை முடிந்தது. அதுபற்றிப் பேசுவதை மற்றவர்களுக்கு விட்டு விடு.

- பிதாகோரஸ்

தகவல் :
சுசீலா பொன்னுசாமி

உப்புமா என்றால் குழந்தைகள் காத தூரம் ஓடுவர். உப்புமா செய்து, குட்டிக் கிண்ணங்களில் நெய் தடவி அதில் உப்புமாவைப் போட்டு அழுத்தி, அப்படியே கவிழ்த்து வைத்து விட்டால் அழகான வடிவங்களில் இட்லி கிடைக்கும். இப்படி வெள்ளை ரவையில் இட்லி செய்து 'காஞ்சிபுரம் இட்லி' என்றும், கோதுமை ரவையில் இட்லி செய்து 'காசி இட்லி' என்றும் பெயரை மாற்றிக் கொடுத்து விடுவேன். குழந்தைகளும் அத்தனை இட்லிகளையும் உடனே காலி செய்து விடுவர். 'உப்புமா' என்று மட்டும் காதில் விழக் கூடாது.

- ஜெகதா ஆறுமுகசாமி.



ஒரு புடவை... அது தேவேந்திராவா... இல்லே, செட்டிநாடா?"

நான், கழுத்தைத் திருப்ப முடியாமல் திருப்பி, பாட்டியைப் பார்த்தேன்.

மழையில் நனைந்த பூனைக்குட்டி மாதிரி, கட்டிலில் ஒரு மூலையில் சுருண்டு கிடக்கிறாள் பாட்டி. ஆனால் குரலில் மரண பயமில்லை.

இது எனக்குப் பிடித்திருந்தது சரஸ்வதி. நான், அப்பாவைப் பார்த்துச் சிரித்தேன். அவரும் சிரித்தார்.

"இப்ப எப்படி இருக்கே?"

"கொஞ்சம் தேவலை. நீங்க?"

"ராத்திரி தூக்கமில்லே. உனக்கு 'ஸெடடிவ்' கொடுத்துட்டாப் போல. என்ன பார்க்கறே?"

"ஒண்ணுமில்லே. ராத்திரி இந்தப் பக்கம் ஒருவர் தடாலடியா இங்கிலீஷ்ல பொளந்து கட்டிண்டு வந்து படுத்தாரே அவர்..."

"மூணு மணிக்கு அவுட். இப்பத்தான் விடிகாலம்பற 'பாடிய' நகர்த்தினாங்க..."

இதைக் கேட்டு அம்மா பிழியப் பிழிய அழுதாள்.

"அய்யோ... பொணத்துக்குப் பக்கத்துலேயேவா என் குழந்தை இத்தனை நேரமும் படுத்துண்டிருந்தா?"

"போடி பைத்தியம். அதெல்லாம் ஸ்கிரீன் வச்சு மறைச்சுட்டா. மேலும், உன் பொண்ணும், தூக்க மருந்தாலே பொணம் மாதிரி தானே தூங்கிட்டிருந்தா? எனக்கே பார்க்க பயமா இருந்தது. அப்பப்போ, நர்ஸ்ஸைக் கூப்பிட்டு, 'மூச்சு இருக்கா'ன்னு விசாரிச்சுக் கிட்டே இருந்தேன்."

"ராமா....!!"

அம்மா நீளமாய் மூக்கை உறிஞ்சினாள்.

சீஃப் டாக்டர் வரும்போதெல்லாம் நான், அப்பாவின் உடல்நிலை பற்றியும், அப்பா, என் 'கண்டிஷன்' எப்படி இருக்கு என்றும் பரஸ்பரம் விசாரித்துத் தெரிந்து கொள்வோம் வனிதா. இதுபோன்ற ஒரு நிலை யாருக்குமே வந்திருக்காது. வரவும் கூடாது.

ஒரு தடவை, அப்பாவுக்கு வலி அதிகமாக, அவரது அரற்றல் தாங்க முடியாமல், நானே என் மூக்கில் செருகியிருந்த குழாய்களை எல்லாம் பிடுங்கிப் போட்டு விட்டு, அப்பாவின் பக்கத்தில் போய் உட்கார்ந்து விட்டேன்.

"அய்யய்யோ... என்ன மேடம் இது?"

இப்படி நர்சுகளும், வார்டு டாக்டரும் ஓடி வந்தார்கள்.

"உங்களுக்கு இது தினமும் பழகிப் போன சமாச்சாரமா இருக்கலாம். ஆனா, எனக்கு இது சொந்த ரத்தம் பாருங்க. கண்ணெதிரே அப்பா துடிக்கறப்ப, எப்படி என்னால படுத்திட்டிருக்க முடியும்?"

நான் பிடிவாதம் பிடிக்க, எங்கள் இருவரையும் ஒருவரையொருவர் பார்க்க முடியாதபடி ஸ்கிரீன் வைத்து தடுத்து விட்டார்கள்.

அப்படியும் உடல்நிலை சுமாராக இருக்கும் போது, இருவரும் ஸ்கிரீனின் இடுக்கு வழியே பார்த்துப் பேசிக் கொள்வோம்.

அந்தத் தீவிரச் சிகிச்சைப் பிரிவில் மொத்தம் பதினோரு படுக்கை... சில நேரங்களில பதினொன்றும் நிரம்பி வழியும். சில நேரங்களில் 'சட்'டெனப் படுக்கைகள் காலியாகும். டெட்டால் நெடியும், ஃபினாயில் வாடையும் சொல்லாத கதைகளைச் சொல்லும்.

நான் அப்பாவிடம் கேட்பேன் :

"ஸ்கோர் என்ன?"

"ஸெவன் பார் லெவன்... டூ அவுட். ஃபைவ் நாட் அவுட்..."

அப்பா அன்றைய நிலவரத்தைச் சொல்லுவார்.

எங்களைப் போல் 76 முற்போக்கு சிந்தனையுள்ள குடும்பங்கள் வசிக்க வசதிகள் ரெடி!





ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூ

வசதிகள் நிறைந்த பாதுகாப்பான தனி வீடுகள்

சென்ற 2 ஆண்டுகளாக ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூவின் பாதுகாப்பான, நாகரீக விடுகளில் 76 குடும்பங்கள் வசதியாகவும் நிம்மதியாகவும் வாழ்ந்து கொண்டு இருக்கிறார்கள். ஸ்ரீவத்ஸா குழுமத்தின் நேர்மைக்கும், நாணயத்திற்கும், இதை விட சிறந்த உதாரணம் வேறு என்ன வேண்டும்?

ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூ குடியிருப்பில் DTP அனுமதி பெற்ற மேலும் 40 வீட்டு மனைகள் உங்களுக்காக இப்போது தயாராக இருக்கின்றன. ஸ்ரீவத்ஸா அளிக்கும் மூன்று டிசைன்களில் நீங்கள் தேர்ந்தெடுக்கும் டிசைனுக்கு ஏற்ப உங்கள் வீடு கட்டித்தரப்படும். 12 ஏக்கர் நிலப்பரப்பில் 120 விடுகள் மட்டுமே கட்டப்படும். சுவாசிக்க சுத்தமான காற்றும், நெருக்கடி இல்லாத



ஸ்ரீவத்ஸா ரியல் எஸ்டேட்ஸ் (பி) லிட்.

அடுத்த 40 குடும்பங்களில் நீங்களும் ஒருவரா?



சுதந்திரமான வாழ்வும் உங்களுக்காக காத்திருக்கிறது. இங்கு வாழும் மற்றவர்களைப் போல நீங்களும் ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூவின் ஒப்பற்ற வசதிகளைப் பயன்படுத்தி மகிழலாம்.

மிகச் சிறந்த பாதுகாப்பு: அதிக பாதுகாப்பு கொண்ட அரண்மனை போல ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூ, மதிற் சுவர் பாதுகாப்பு கொண்டது. ஒரு நுழைவாயில் மட்டுமே கொண்டதால் உங்களுக்கு கிடைப்பது அதிக நிம்மதி.

சரியான இட அமைப்பு: பாலக்காடு சாலையில் கோயமுத்தூர் ரயில் நிலையத்திலிருந்து 8 கி.மீ. தூரத்தில் அமைந்துள்ளது ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூ. மிகச் சிறந்த பள்ளிகள், கல்லூரிகள், மற்றும் வங்கிகள் ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூவிற்கு அருகில் அமைந்துள்ளது சிறப்பு அம்சம்.

குடிநீர் வசதி: ஆழ் கிணறுகள் மூலம் ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூவுக்கு சுவையான குடிநீர் வசதி அளிக்கப்படுகிறது. இனிமையான சூழலுக்கு சுவையான குடிநீர் வசதி.

பொழுது போக்கு அம்சங்கள்: தினமும் மாலையில், விடுமுறை நாட்களில் இனிதாக பொழுதை கழிக்க வசதிகள் கொண்ட மினி க்ளப்பும், குழந்தைகளுக்காக அழகிய பூங்காவும் ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூவில் அமைக்கப்பட்டுள்ளன.

ஷாப்பிங் வசதி: ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூ வளாகத்தினுள் ஷாப்பிங் வசதிகள் நிறுவப்பட்டுள்ளன.

M/s. சங்கர் & அசோசியேட்ஸ் அவர்களால் திட்டமிட்டு டிசைன் செய்யப்பட்டது ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வ்யூ. உங்கள் வீட்டுக்கு ஸ்ரீவத்ஸாவின் பயன்களைப் பெறுங்கள்.

இன்றைய நிலையில்லாத பொருளாதாரத்தில், பணத்தை ரியல் எஸ்டேட்டில் முதலீடு செய்வதே உங்களுக்கு பாதுகாப்பானது. அதுவும் ஸ்ரீவத்ஸா குழுமம் போன்ற நம்பகமான ப்ரமோட்டர்களின் திட்டங்களில் முதலீடு செய்வதால் அதிக பாதுகாப்பு.

இத்திட்டம் எல் ஐ சி ஹவுசிங் பைனான்ஸ், ஹெச் டி எஃப் சி, எஸ் பி ஐ ஹவுசிங் பைனான்ஸ் மற்றும் கேன்பின் ஹோம்ஸ் லிமிடெட் ஆகிய நிறுவனங்களில் கடன் வசதி பெறுவதற்கு வகை செய்யப்பட்டுள்ளது.



Anugrah 2943 Tam

Visit us at: www.sreevatsaonline.com / www.sreevatsa.com

கோவை: 8/2, மேட்டுப்பாளையம் சாலை, கோவை 641 043, இந்தியா. போன்: 91-422-437422, 432184, 432574, 441481, 454817, 432042, பேக்ஸ்: 91-422-430899, *Email: Sreevatsa@eth.net / Sreevatsacbe@vsnl.com* **சென்னை:** 7, காமராஜ் பார்க் தெரு, சென்னை 600 013, இந்தியா. போன்: 91-44-5953149, 5960270, 5957953, 5965401-05, 5961029-31, பேக்ஸ்: 91-44-5950055, 5965032, 5224087, *Email:Sreevatsa@vsnl.com*

கொஞ்சம் தெம்பு வந்தால் அப்பா, பக்கத்துப் படுக்கைக்காரரிடம் அரசியல் பேசிக் கொண்டிருப்பார். "வயிற்றுப் புண்ணுக்கு நாற்பத்தியேழு நாள் தொடர்ந்து பச்சை முட்டை கோஸ்ஸை அரைத்து ஜூஸ் செய்து குடித்தால் 'பளிச்'செனப் புண் ஆறி விடும்..."

இப்படி எதையாவது சொல்லி டாக்டர் தொழிலுக்கே வேட்டு வைத்துக் கொண்டிருப்பார்; இல்லாவிட்டால் டயட்டீஷியனிடம் ஃப்ளாஸ்கில் வைத்த பால் ஆறிப் போய் விட்டது என்று எகிறிக் கொண்டிருப்பார்; நடுவில் என்னைப் பார்த்து (ஸ்கிரீன் இடுக்கு வழியாகத்தான்) 'ஜெலூஸில்' இருக்கா' எனக் கேட்பார். தப்பித் தவறி அவர் பக்கத்தில் தெலுங்கு பேஷண்ட் யாராவது படுத்தால் தொலைந்தது... அவரோடு தெலுங்கில் பேசியே, அவரிடம் மீச்சமிருக்கிற கொஞ்சம் பிராணனையும் எடுத்து விடுவார்...

இருவருமே பேசாமல் கட்டையாகக் கிடக்கும் போது மட்டும் வயிற்றுக்குள் பயம் உதைக்கும். நான், படுத்தபடியே சிரமத்துடன் கேட்பேன் :

"அப்பா, இருக்கீங்களா... சத்தத்தையே காணுமே?"

"ஆ... ஆ... இருக்கேன். நீ சாதாரணமா இருக்கியா?"

இதைப் படிக்கும் போது, 'அனுராதாவுக்குக் கற்பனை அதிகம். உடான்ஸ் விடுகிறாள்' என்று கூட நினைப்பீர்கள் நண்பிகளே. சத்தியமாய் இது கதையல்ல, நிஜம்.

நடுவில் ஒருமுறை பாலகுமாரன், தன் மனைவியோடு வந்து பார்த்தார்.

"பேசாம பைபாஸ் பண்ணிக்கோ அனு... அது ஒண்ணும் பெரிய விஷயமே இல்லே. இப்படி நீளமா வெட்டி, நடுவுல அடைச்சிட்டிருக்கற குழாய்களுக்குப் பதிலா, நம்ம காலுலே இருந்தே புது ரத்தக் குழாயை எடுத்து வச்சுத் தச்சுடுவா... அப்புறம் பாரு... பத்து வருஷம் பின்னாடிப் போயிடுவே..."

இப்படிக் கூறி, ராம்பக்த ஹனுமான் மாதிரி, தனது சட்டைப் பொத்தானைக் கழற்றி, தையல் போடப்பட்டிருந்த தனது நெஞ்சைக் காட்டி, என்னைத் தைரியப் படுத்தி விட்டுப் போனார்.

உஷாசுப்பிரமணியன் ஓசைப்படாமல் வந்து, என் பக்கத்தில் உட்கார்ந்து கையைப் பிடித்துக் கொண்டிருப்பார்.

"கவலைப்படாதே. நீ பொழச்சிடுவே. உனக்கு இதெல்லாம் ஒண்ணுமேயில்லே..."

"அது எனக்கும் தெரியும். ஆபரேஷன் முடிஞ்சு, நார்மலா ஆனதுக்கு அப்புறம் பத்து வருஷம் பின்னாடி போயிடலாம்'னு பாலா சொன்னார். நிஜமாவே பத்து வருஷத்துக்கு முன்னாடி ஏதோ ஒரு இலக்கிய விழாவுக்குப் போயிட்டு, ராத்திரி வீடு திரும்பறப்ப வாசல் கேட் பூட்டியிருந்ததுன்னு நீங்க காம்பவுண்டு சுவர் ஏறிக் குதிச்சீங்களே... நான்தானே கூட இருந்து ஹெல்ப் பண்ணினேன். அது மாதிரி நான் ஏறிக் குதிப்பேன், நீங்க எனக்கு ஹெல்ப் பண்ணணும்..."

'பக்'கெனச் சிரிப்பு.

முகம் முழுக்கப் பழைய நினைப்பு...

அப்போதே நான் பத்து வருடங்கள் இளமையாகி விட்டது போல கனவு காணத் தொடங்கி விட்டேன்.

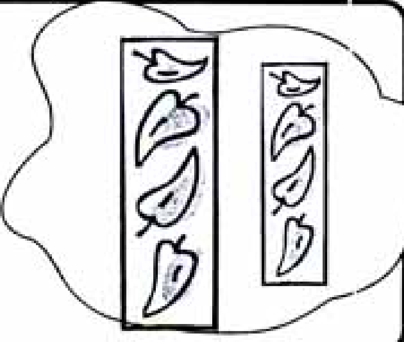
இதுபோன்ற அழகான கனவுகளைக் காண கூச்சமே வேண்டாம் ஹேமா... 'பளிச்' சென்று உடுத்தி, பாந்தமாய் புன்னகைத்து, ஓடியாடி வேலை செய்வது போலக் கனவு காணுங்கள். தப்பே இல்லை. நமது கற்பனை உலகத்தின் கதாநாயகி நாம்தான்.

அடுத்த இதழ் வரையில் அவரவர் வாழ்வில் பத்து வருடம் பின்னோக்கிப் போய், இளமையானால் என்னென்ன செய்வீர்கள் என கற்பனை செய்துதான் பாருங்களேன்.

(தொடரும்)

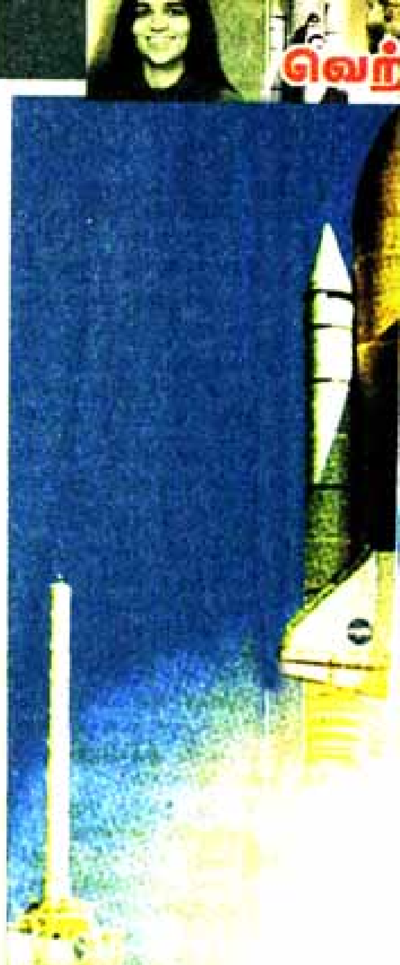
குடைமிளகாயில் மோர் மிளகாய் வற்றல் போடப் போகிறீர்களா? வெயிட்! கெட்டிப் புளிப்புத் தயிரில் உப்புப் போட்டு, மிக்ஸியில் அரைத்த வெந்தய விழுதையும் போட்டுக் கலந்து, அதில் மிளகாய்களைப் போட்டு இரண்டு நாட்கள் ஊறிய பிறகு, மிளகாய்களை மட்டும் தனியாக எடுத்துக் காயவைக்கவும். வறுக்கும் போது கரகரப்பாகவும், அதிகச் சுவையுடனும் இருக்கும்.

- கே. ராஜலக்ஷ்மி.









வெற்றியின் இரகசியத்தைப் பற்றி உங்களோடு பகிர்ந்து கொள்ள தேர்ந்தெடுத்த நபர்கள் இருவர்.

இவர்களில், இரண்டாமவரைப் பற்றி நான் எழுத ஆரம்பித்த போது சாதனைக் கட்டுரையைக் காணிக்கைக் கட்டுரையாக மாற்ற வேண்டியதாகி விட்டது. வெற்றியைக் கிரீடமாகச் சூட்டி அழகு பார்க்காமல், அவர் பறக்க விரும்பிய வானத்திலேயே அவர் வாழ்க்கை முடிவடைந்து விட்டது. காற்றில் கலந்த சாவ்லாவைப் பற்றித்தான் சொல்கிறேன்.

இவரது வெற்றியின்

வெற்றிக்குத் தேவை

இரகசியத்தை இரண்டே கைகளுக்குள் அடக்கி விடலாம். ஒன்று வேட்கை. மற்றொன்று நம்பிக்கை!

நமது குடியரசுத் தலைவர் டாக்டர் அப்துல்கலாம் அவர்கள் அடிக்கடி கூறுவார்கள்.. "கனவு காணுங்கள்" என்று. அப்படி அவர் கூறுவதற்குக் காரணம், அடிக்கடி நாம் ஒன்றைப் பற்றிக் கனவு கண்டால், அதன் மீது ஆர்வம் பிறக்கும். அதை அடைய வேண்டும் என்ற ஆசை உண்டாகும். அந்த ஆசை, தீராத ஆசையாக 'வேட்கை' என உருப்பெறும். இந்த 'வேட்கை' இருக்கிறதே, அது நம்மை 'மசமச'வென்று இருக்க விடாது. 'குறுகுறு' வென்று நம்மை அரித்துக் கொண்டே, மேலும் முயற்சி செய்ய வைக்கும். இதனால் இன்னும் செயலாக்கம் பெருகி, வெற்றிப் படியை நிச்சயமாக அடைந்து விடுவோம். இதுதான் டாக்டர் அப்துல்கலாம் சொல்லும் கனவின் பயணம்.

கல்பனா விஷயத்தில்



தடை, அவர் தந்தை ரூபத்தில் வந்தது. அவருக்குத் தன் பெண் தன்னுடைய டயர் வியாபாரத்தில் ஈடுபட்டு, தனக்கு உதவியாக இருக்க வேண்டும் என்று ஆசை. ஆனால் கல்பனாவின் ஆசையோ பறக்க வேண்டும் என்பது. பைலட்டாக முடியவில்லை என்றால் என்ன, பறத்தல் சம்பந்தப்பட்ட படிப்பான 'ஏரோனாடிக்ஸ்' படிப்போமே என்று பஞ்சாப் பல்கலைக் கழகத்தில் இந்தப் படிப்பில் சேர்ந்தார்.



ஆனால் 'வேட்கை' அவ்வளவு எளிதில் அவரை விட்டு விடவில்லை. விடுமுறையில், அண்ணன் படிக்கும் 'பறக்கும் பயிற்சி' நிலையத்திற்குச் சென்று சும்மாவேனும் பார்த்தாவது திருப்தி அடையலாமே என்று எண்ணினார்.

இரண்டு கைகள்தான்!

ஆனால் அங்கே நுழையவே அனுமதி மறுக்கப்பட்டது. தந்தையார் அல்லது காப்பாளர் ஒப்புதல் அளித்தால் தான் அங்கு நுழையவே முடியும் என்று சொல்லி விட்டனர். அப்பொழுது, அண்ணன் சொன்ன வார்த்தைகள் கல்பனாவுக்கு, ஊசி ஏற்றியது போல இருந்தது.

"அவரவரது போரை, அவரவர்களே போராடியாக வேண்டும்" என்றார் சஞ்சய், கல்பனாவின் அண்ணன். ஆம், நான் போராடப் போகிறேன் என்று நினைத்த கல்பனாவின் பறக்கும் ஆசை, ஒரு வேட்கையாக, ஒரு வெறியாக உருவெடுத்தது.



இதற்கு முதல் படி, தான் படிக்கும் ஏரோனாடிக்ஸ் படிப்பைச் சிறப்பாக முடித்து, அமெரிக்கா போன்ற மேலை நாடுகளில் சிறப்புப் படிப்பு படிக்க வேண்டும். அதன் மூலம் மிகச் சிறந்த பறக்கும் பயிற்சி பெற வேண்டும் என்று முனைந்தார்.

அதுவரை, படிப்பில் சராசரியாக இருந்த அவர், படிப்பில் படுசுட்டி ஆனார். முதல் இடத்தையும் பிடித்தார். மற்றவர்களை நம்பிப் பயனில்லை என்று, தாமாகவே வெளிநாட்டுக் கல்லூரிகளுக்கு விண்ணப்பித்தார். டெக்ஸாஸ் பல்கலைக்கழகம் அவரைக் கைநீட்டி வர

வேற்றது. ஆனால் எப்படிச் செல்வது? வீட்டில் தந்தையின் ஒப்புதல் இல்லை. தானாகவே செல்லலாம் என்றால் பணம் இல்லை. அதனால் முதல் படியாக, தான் படித்த கல்லூரியின் அழைப்பை ஏற்று, அங்கேயே ஆசிரியராகச் சேர்ந்தார்.

இதற்கிடையே வெளிநாடு சென்றிருந்த தந்தை சாவ்லா திரும்பி வந்தார். கல்பனாவின் ஆர்வத்தையும், உழைப்பையும் அதுவரை கண்ட குடும்பத்தினர் ஒரே குரலில் அவளுக்கு ஆதரவுத் தெரிவித்தனர்.

மகளைத் தேடி சண்டிகர் வந்த சாவ்லாவை, கல்லூரி முதல்வரும் தன் பங்குக்கு உசுப்பினார். கல்பனாவின் வேட்கை அந்த அளவுக்கு அவரை அடையாளம் காட்டியிருந்தது. வகுப்பறையிலேயே மகளைச் சந்திக்கச் சென்ற சாவ்லாவை, கண்ணீருடன் கல்பனா வரவேற்றார். இனியும் தான் தடையாக இருக்கக் கூடாது என்று முடிவு செய்த தந்தையார், தானே கல்பனாவின் பயணத்திற்கு ஏற்பாடு செய்யப் போவதாகச் சொன்னார்.

ஆனால் நேரம் ஏது? ஆகஸ்டு 31ம் தேதி கல்லூரியில் சேர வேண்டிய கடைசி நாள். தந்தையார் முடிவு எடுத்தது ஆகஸ்டு 26ம் தேதி. ஆனால் மகளின் வேட்கை, அந்தத் தந்தையைச் சும்மா இருக்க விடவில்லை. எல்லா ஏற்பாடுகளையும் செய்து விட்டார். அண்ணனுடன் கல்பனா பயணப்பட்ட விமானம், 'தடை செய்வதில் நானும் யாருக்கும் குறைந்தவனில்லை' என்று தாமதமாகக் கிளம்பியது. எனினும், டெக்ஸாஸ் பல்கலைக் கழகத்துடன் தொடர்பு கொண்டு, அங்கிருந்து நேரடியாக விமான நிலையத்திலிருந்து கல்பனாவை அழைத்துக் கொண்டு போய், உரிய நேரத்தில் கல்லூரியில் சேர அவரது தந்தை ஏற்பாடுகள் செய்தார்.

ஆயிரம் தடைகளை விதித்த அந்தத் தந்தை, கடைசியில் அடித்துப் பிடித்துக் கொண்டு எல்லா ஏற்பாடுகளையும் செய்து முடித்தார். அதற்குக் காரணம் என்ன? கல்பனாவின் மாறாத வேட்கைதான். அந்த வேட்கை தந்த நம்பிக்கைதான்.

நம்பிக்கை தளர்ந்து, "இது அவ்வளவுதான். நமக்கெல்லாம் பிராப்தம் இல்லை" என்று வேதாந்தம் பேசி தன் முனைப்பைக் குறைத்துக் கொண்டிருந்தார் என்றால், மற்றவர்களும், "அவளுக்கே அந்த அளவு இன்ட்ரஸ்ட் இல்லை. அதனால் எதற்கு மெனக்கெட வேண்டும்?" என்று விட்டிருப்பார்கள். அன்றிலிருந்து கல்பனாவின் வெற்

நிப் பயணத்தை யாராலும் தடுக்க முடிய வில்லை. காலன் ஒருவனைத் தவிர!

வேட்கை, நம்பிக்கை இந்த இரண்டு 'கை'களும் வெற்றியாளர்களை மட்டும் ஓட ஓட விரட்டுவதில்லை. மற்றவர்களையும் இவர்களுக்காக ஓடச் செய்கின்றன. நீங்கள் சந்தித்த அல்லது அறிந்த எந்த வெற்றியாள ரைப் பற்றி வேண்டுமானாலும் யோசித்துப் பாருங்கள், அவர்கள் வெற்றிக்குப் பின் இந்த இரு 'கை'களும் நிச்சயம் இருக்கும்.

அப்படி நான் கண்ட மற்றொரு நபர் இருபத்து மூன்றே வயதேயான என்னுடைய மின்னஞ்சல் நண்பர் கிருஷ்ணா என்பவர்.

பல நாடுகளிலும் ஆரம்பப் பள்ளிப் படித்து, இந்தியாவிலும் 5 முதல் 8 வரை யிலான வகுப்புகளை முடித்த இவர், கடைசி யில் நிரந்தரமாகக் குடியேறியது அமெரிக் காவில். போட்டிக்கும், அறிவுக்கும் பஞ்சமில் லாத அந் நாட்டில் இவர் காலடி எடுத்து வைத்த போது, இவரது கனவு ஒன்றே ஒன்று தான். ஆனால் அது இரண்டு முகங்கள் கொண்ட கனவு. ஒன்று அவருக்குக் கலை யார்வமும் இருந்தது. மற்றொன்று, மருத்துவர் களான அவரது பெற்றோரைக் கண்டு அறிவியல் ஆர்வமும் இருந்தது.

இந்த இரண்டில் கலையைப் பற்றிக் கொண்டு போனால், கலை சோறு போடுமா என்று மற்றவர்கள் கேட்டனர். அறிவிய லைப் பற்றிக் கொண்டால், கலையார்வத்திற் குப் பட்டினி போட வேண்டுமே என்பது இவரது கவலை. இரண்டுமே தனக்குத் தேவை என்று பிடிவாதமாக இவர் இருக் கவே, இதுவே வேட்கையாக அவரை முடுக்கி விடவே, அவருக்குத் தெரிய வந்தது, வாஷிங் டன் பல்கலைக்கழகத்தில், இந்த இரண்டு ஆர்வத்துக்குமே தீனி போட வழி வகைகள் இருக்கின்றன என்று.

கல்லூரிப் பேராசிரியர்களுக்கு முதலில் இவர் மேல் நம்பிக்கையில்லை. பேராசிரியர் ரான் ஃபோன்டா, முதலில் சந்தேகப்பட்டா லும் இவரது வேட்கையையும், தன்னால் முடியும் என்ற நம்பிக்கையையும் புரிந்து கொண்டு பலவிதங்களிலும் உதவினார். கிருஷ்ணாவின் ஆர்வம், அவரை இரண்டு துறைகளிலுமே பரிமளிக்க வைத்தது. அதன் பயனாக, கல்லூரியே அவரது படிப்புச் செலவை ஏற்றுக் கொள்ளவும் செய்தது.

இவரது கலைத் திறனால் கவரப்பட்டு, பல முக்கிய நிறுவனங்கள், தங்கள் வர வேற்பறைகளை அழகுபடுத்த, நிதியுதவி செய்து, இவரிடமிருந்து கலைப் பொருட் களைப் பெற்றுக் கொண்டன. இவரது அறி வியல் அறிவுக்குத் தலைவணங்கி, நீ, நான் என்று பல மருத்துவக் கல்லூரிகளும் அழைப்பு விடுத்தன.

பாஸ்டனில் மருத்துவப் படிப்புப் படிக்க முடிவு செய்துள்ள இவர் பல் மருத்துவம் படிக்க விரும்புகிறார். ஏனென்றால் பல் மருத்துவம் ஒரு "கலை" என்கிறார். பல்லைச் சீர் செய்வதும், அதனால் முகத்தின் பொலிவை அதிகமாக்குவதும் ஒரு கலை தானே என்று சொல்லும் இவர், தன் இரு பக்கக் கனவை நிறைவேற்றும் விதமாக, படிப்பு முடிந்தவுடன், தான் தொடங்க இருக் கும் மருத்துவமனையை, மனதுக்கு அமைதி ஏற்படுத்தும் தன் கை வண்ணங்களைக் கொண்டே அழகுபடுத்தப் போவதாகக் கூறுகிறார்.

கலையையும், அறிவியலையும் இரு கண் களாகக் காண விரும்பி, நம்பிக்கை இழக்கா மல் இவர் செய்த பயணத்தில், வெற்றியை அடைய இன்னும் சில படிகளே இருக்கின் றன.

— ஜெயஸ்ரீ சாரநாதன்



பிரெட் டோஸ்ட்

ஒரு கப் கடலை மாவில், பொடியாக நறுக்கி, வதக் கிய வெங்காயம், ஒரு ஸ்பூன் சீரகம், மிளகுத் தூள், தேவையான அளவு உப்பு, கொத்துமல்லி ஆகியவற் றைச் சேர்த்து, நீர்க்கக் கரைக்கவும். பிரெட்டை இரண்டாக வெட்டி, இந்த மாவில் முக்கி எடுத்து, சூடான தோசைக் கல்லில் சிறிதளவு எண்ணெயும், நெய்யும் கலந்து டோஸ்ட் செய்து சாப்பிட பிரமாத மான ருசியுடன், பாராட்டும் பெறலாம்.

- நிர்மலா

புதிய தொடர்கதை

1

எனக்கொரு தாய்மடி

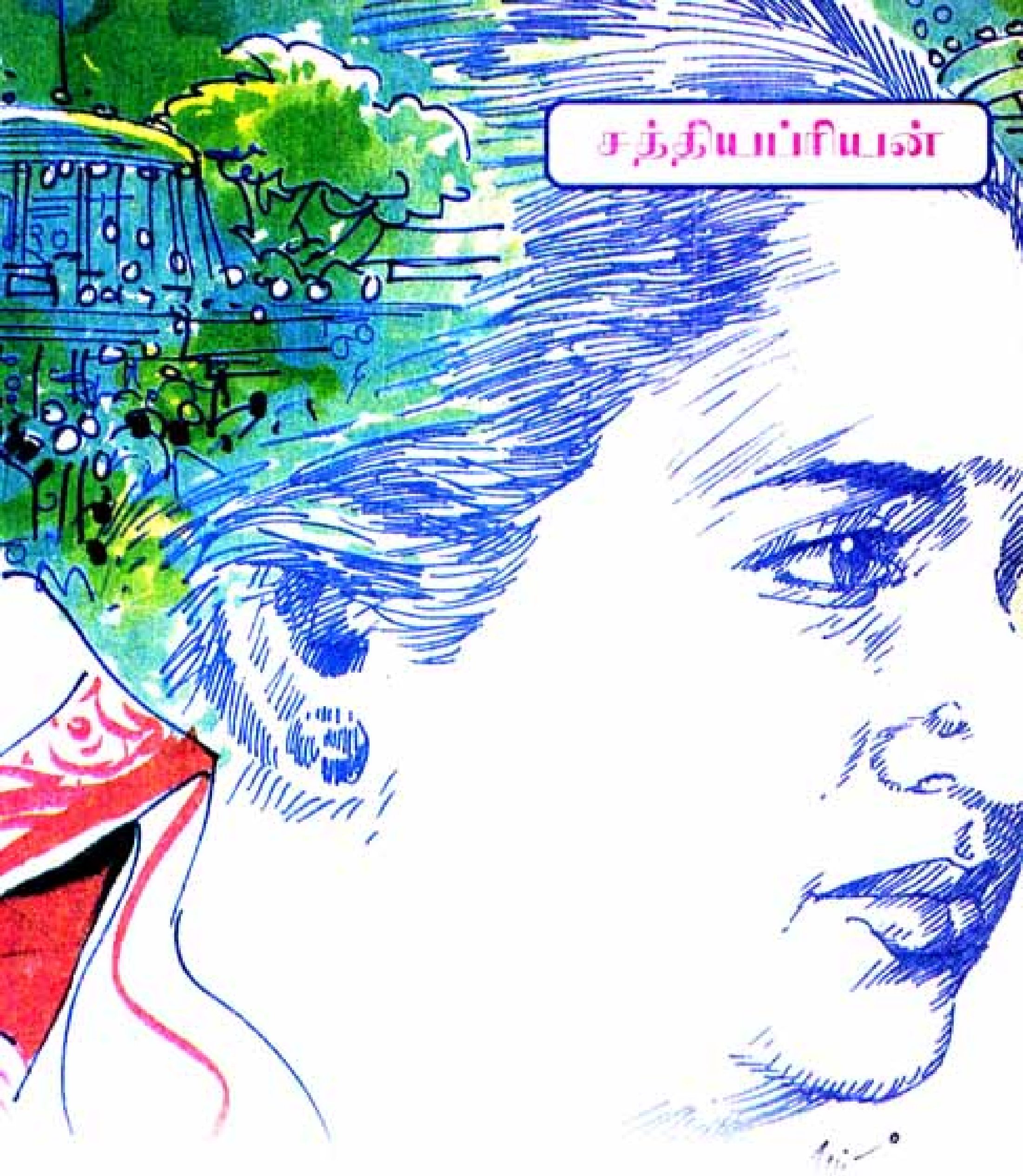
வழக்கமான சிரிப்பு டாக்டர் முகத்தில் இல்லை, "கவலைப்படாதே லலிதா! உங்கம்மாவுக்கு ஒண்ணுமில்லை என்ற நம்பிக்கையை இந்த முறை கொடுக்கவில்லை." அம்மாவிடம், "கொஞ்சம் வெளில போய் இருங்க" என்று சொல்ல அம்மா கலவரமானாள். அம்மா போன பின்பு, "உங்கம்மாவுக்கு முற்றிய நிலையில் க்னான்ட்யூரல் கார்சினோமா" என்றார்.

"அப்படின்னா?"

"கான்ஸர்."

ஒருகணம் எல்லாமே இயக்கமில்லாமல் போலானது. அந்த ஒரு கணம் அவள் வாழ்வில் மறக்க முடியாத கணங்களில் ஒன்றானது.

ஆரம்பத்தில் அம்மாவுக்கு வயிற்று வலி வரும். லலிதாவின் வீட்டில் பெண்கள் எல்லோரும் சொல்லி வைத்தது மாதிரி அத்தனை


சத்தியப்ரியன்

கிடைக்குமா?

ஆரோக்கியமான தேகம் உடையவர்கள் இல்லை. இதில் மூத்தவன் உமாவுக்குத் தினம் ஒரு வியாதி. பிள்ளைகள் எல்லோரும் ராக்ஷஸர்கள். உடலில், செயலில். மூத்தவன் பாபுவின் புருவ அடர்த்தியும், இளையவன் பாலாஜியின் கால் கட்டை விரல் மேல் கரும்புதராய் முளைத்திருக்கும் ரோமமும் ராக்ஷஸ முத்திரைகள். பிள்ளைகள் அப்பாவைப் போல. கை வைத்தியம், இங்கிலிஷ் மருந்து என வயிற்று வலி எதற்கும் அடங்காமல் போனது. அம்மாவுக்கு ஸ்கேனிங்கும், பயாப்ஸியும் பண்ணிப் பார்த்து விடலாம் என்றார் டாக்டர். அவர் வீட்டில் அம்மா இருபது வருஷமாகச் சமையல் காரியம் செய்து வருபவள் என்பதற்காக வந்த வியாதியை இல்லை எனச் சொல்ல முடியுமா?

"வயிற்றில் குடல் முழுவதையும் கான்ஸர்



அடை செய்யலாம் என அவியல் செய்தால் சப்பாத்திதான் வேண்டுமாம். துளி இஞ்சி, பூண்டு, புதினா, கொத்து மல்லி, சோம்பு இவற்றை மிக்ஸியில் அரைத்து, அவியலுடன் கலந்து கொதிக்க வைத்து சப்பாத்திக்குத் துணை சேர்த்தேன். ருசியோ ருசி.

- கீதா மூர்த்தி.

செல் அழிச்சிருக்கு."

"புற்றுநோய் என்றில்லை, எல்லா உயிர்க் கொல்லி நோயையும் எதிர்த்துப் போராடி ஜெயித்து வருவதுதான் மருத்துவம்."

"பின்னே என்ன தயக்கம் டாக்டர்?"

"ஆனா அந்த வெற்றியின் பலன் ஏழை களைப் போய்ச் சேருகிறதான்னு பார்க்கணும்."

"ஏன் டாக்டர்?"

"புற்றுநோய்க்கு அறுவை சிகிச்சை இந்த ஊரில் சரியா கிடையாதும்மா. கோயம்புத் தூருக்கோ, சென்னைக்கோ போகணும். உன்னு டைய சேமிப்பு போயிடும். கடன் சேரும்."

"அதனால அம்மாவைக் கொன்னுட லாமா?"

"பைத்தியம். மருத்துவ உலகம் பத்தி தெரி யாமப் பேசாதே. ஸலைன் வாட்டரிலிருந்து, ஒவ்வொரு யூனிட் ரத்தம் வரைக்கும் பைசா கொடுத்துத்தான் வாங்கியாகணும். தெரிஞ் சுக்கோ."

"அவங்க என் அம்மா டாக்டர். எவ்வளோ செலவானாலும் பரவாயில்லை. அவங்க பிழைக்கணும். அவங்க பிழைப்பதற்கு எவ் வளவு சதவீத நம்பிக்கையை உங்களால் கொடுக்க முடியும்?"

"நூறு சதவீதம்."

"அப்புறம்?"

"அது ஏற்படுத்தும் செலவை உன்னால் கற்பனை செய்யக் கூட முடியாது."

"எவ்வளவு செலவாகும்?"

"ஐம்பதாயிரத்திற்கும் குறையாமல் ஆகும். உன்னால் ஐம்பதாயிரம் ரூபாய் செலவு பண்ண முடியுமா? கோயம்புத்தூரில் உனக்கு உறவுக் காரங்க உண்டா?"

"இல்லை."

"சென்னையில்?"

"இருக்காங்க. ஆனா போய் தங்கும் அளவிற்கு நெருக்கமில்லை."

"ரெண்டு ஊரானாலும் வெளியில்தான் தங்கணும். எடுத்த உடனே சர்ஜரி பண்ண மாட்டாங்க. ரேடியம் ட்ரீட்மெண்ட் இருக்கும். அங்கேயே தங்க வேண்டி வரும். ட்ரீட்மெண்ட் செலவு, ஆபரேஷன் செலவு, வெளியூர் ஸ்டே எல்லாம் சேர்த்து ஐம்பதாயிரம் ஆகும். உன்னால் தாங்க முடியுமா?"

"எதை எதையோ தாங்கியாச்சு டாக்டர். இதைத் தாங்கணும். தாங்குவேன்."

"பத்து நாளைக்குள் பணம் புரட்ட முடி யுமா? சொல்லு! நான் கேஸ் ஹிஸ்டரியோட உன் அம்மாவைச் சென்னைக்கு அனுப்பறேன். என் ஜூனியர் ஒருத்தன் ரத்னம்னு பேரு. கான்ஸருக்குப் படிச்சிட்டு ஸ்பெஷலிஸ்டாக இருக்கான். அவனுக்கு எழுதறேன். முடியுமா?"

"முடியும் டாக்டர்."

"எப்படி?"

"இன்னும் யோசிக்கலை."

"சரி, அதுவரைக்கும் வெறும் வலி தெரியா மல் இருப்பதற்குத்தான் என்னால் மருந்து எழுதிக் கொடுக்க முடியும். எவ்வளவு சீக்கிரம் பணம் புரட்ட முடியுமோ அவ்வளவு சீக்கிரம் நல்லது. ஏன் எனில் இனிமேல் உங்கம்மாவுக்கு வரும் ஒவ்வொரு வயிற்று வலியும் அவளு டைய கேன்ஸர் செல்லின் வேகப் பரவுதலைத் தான் குறிக்கும்."

ஸ்ரீனிவாசன் கிழித்துக் கொடுத்த ப்ரிஸ்கிரிப் ஷனை வாங்கிக் கொண்டு வெளியில் வந்தாள்.

அம்மாவிடம் இப்பொழுது சொல்ல வேண் டாம். முழுப்பணமும் புரட்டிய பின்பு சொல்ல லாம். எனவே முகத்தில் இப்பொழுது கலவரம் கூடாது. சிரிக்கணும். லலிதாவுக்கு எப்பொழு தும் சிரித்த முகம். கடப்பாறையை விழுங் கினால் கூடச் சிரிப்பாள். எப்படி லலிதா உன் னால் சிரிச்சிண்டே இருக்க முடியறது? கல் யாணி மன்னி ஆச்சரியப்பட்டிருக்கிறாள். அத்திம்பேர் ரகுராமன் ஆச்சரியப்பட்டிருக் கிறார். ஸ்கூல் HM ஆச்சரியப்பட்டிருக்கிறாள். சினிமாவில் வரும் சரோஜாதேவி மாதிரி 'மடமடன்னு தண்ணியைக் குடிச்சிட்டு, கடகடன்னு சிரிச்சிடுவேன்' என்று வசனமா பேச முடியும்?

"டாக்டர் என்ன சொன்னார்?" அம்மாவின் முகத்தில் பயம் உறைந்திருந்தது.

லலிதா முகம் முழுக்க சிரிப்பு டாலடிக்க, "ஒண்ணுமில்லைன்னார்" என்றாள்.

"பின்னே எதுக்கு உன்னைத் தனியாகக் கூப்பிட்டுப் பேசினார்?"

"உனக்கு என்ன வயசாகிறது இப்போ?"

"அம்பத்தஞ்சு."

"ரிடையராகிற வயசு. வீட்டு வேலை செய்யறதை நிறுத்திடச் சொன்னார்."

"பொண்ணுக்கு வீட்டு வேலையைப் பொறுத்தவரை ஏதுடி ரிடையர்மெண்ட்? மேலும் இந்த வீட்டில் உன் வேலை, வெளி வேலை அத்தனையையும் நீ ஒருத்திதானே செய்யற லலிதா? உமா வீட்டுக்காரரையும் சேர்த்துக்கிட்டா மொத்தம் தடியா மூணு ஆம்பளைப் பசங்க இருக்கற வீடு. எல்க்ட்ரிக் பில் கட்டறதுலருந்து, ட்யூஷன் எடுக்க நாயாய்ப் படற வரையிலும் நீதான் செய்யற. காஸ் ஸ்டவ்வில் குக்கரை ஏத்தி இறக்கறதுக்கு உன் மன்னிமார் ரெண்டு பேரும் பிலுக்கற பிலுப்பு. என்னிக்குச் சமையல் பொறுப்பும் உன் தலையில் விழப் போகிறதோ?"

"என் சமையல்னா பயமாயிருக்காம்மா?"

"அதுக்கில்லை லலிதா. வீடு முழுக்க பொறுப்பில்லாத கும்பல்னா சேர்ந்து போயிருக்கு. ஏன் நீ மட்டும் மூட்டை, மூட்டையா பாரம் சுமக்கணும்? போங்கடான்னு உதறி விட்டு நடக்க வேண்டியதுதானே?"

அம்மாவைப் பார்த்தாள். அம்மா கறுப்பு இல்லை. என்றாலும் அவளிடம் தெறிக்கும் சிவப்பின் சாயல் படிந்ததில்லை. சோளி இறங்கிப் போனால் கழுத்துப் பட்டை இறக்கம் வெளிறித் தெரியும். கை அசைவில், நடையில் தெரியும் கறுகறுப்பு அம்மாவை அடையாளம் காட்டும். உழைப்பாளி. கையின் முரடு; கால் பித்தவெடி, ஒரு அடி தள்ளி நின்றே பேச வைக்கும் உறுதி. இதையெல்லாம் மீறி அம்மாவிடம் ஒரு கனிவு உண்டு. வாஞ்சை உண்டு. அந்த வாஞ்சைதான் இந்தக் கேள்வியைக் கேட்டிருக்கிறது.

லலிதா பதில் சொல்லவில்லை. பேசாமல் வந்தாள்.

"அப்படி என்ன வியாதி லலிதா எனக்கு?" என்றாள் அம்மா மீண்டும்.

என் தேவைகள், என் ஆசைகள் இவற்றை முன்மொழிய வீட்டில் அம்மா ஒருத்தி தான். என் குறைகளைச் சொல்லி வாய் விட்டு அழவும் வீட்டில் அம்மா ஒருத்திதான். லலிதாவின் தேவைகளைப் பற்றி வேறு யாருக்கும் அக்கறை இல்லை. தாயின் மடியைப் போல இளைப்பாறுவதற்குச் சிறந்த இடம் ஒன்று இருப்பதாகத் தெரியவில்லை. கூடாது! அவ்வளவு எளிதில் அம்மாவை எமன் கையில் கொடுக்கக் கூடாது.

"என்ன லலிதா நான் கேட்டதுக்குப் பதில் இல்லை?"

"ஸ்கூல் டீன் சொன்னதை நினைச்சுக்கிட்டு வந்தேன்."

"என்ன சொன்னார்?"

"நான் வேலைக்குச் சேர்ந்து எத்தனை வருஷமாகிறது?"

"எட்டு."

"இன்னும் வேலையை நிரந்தரப்படுத்தி ஸ்டேட் போர்டுக்கு அனுப்ப மாட்டேங்கறாங்க. கொடுக்கறது ஆயிரம் ரூபாய்ச் சம்பளம். கையெழுத்து ஆயிரத்து முன்னூறுக்கு ரெவின்யூ ஸ்டாம்ப் ஒட்டி வாங்கிக்கறாங்க. எட்டு வருஷமா நிரந்தரமில்லாத வேலை. நேர அளவு கிடையாது. இதரப்படிகள் கிடையாது. விடுப்பு சலுகை கிடையாது. கேட்டா இதையெல்லாம் ஸ்கூல் கரஸ்பான்டன்டும், மானேஜிங் போர்டும்தான் டிஸைட் பண்ணணுங்கறாங்க."

"நான் அதைக் கேட்கலை. என் உடம்புக்கு என்னன்னு டாக்டர் சொன்னார்?" அம்மா மீண்டும் ஆரம்பப் புள்ளிக்கே வந்து நின்றாள்.

"அய்யய்ய! சின்னக் குழந்தையாட்டம் அனத்தறியே! உனக்கு கான்ஸர் வந்திருக்காம். நாளைக்கே நீ செத்துப் போயிடுவியாம். போதுமா?" சொல்லி விட்டு லலிதா சிரித்தாள்.

"ச்சீ விளையாடாதே லலிதா! நெஜமா

மோர் செய்து கொடுத்தால் யாரும் குடிப்பதில்லை. அதையே நிறைய நீர் விட்டு, உப்பு, பெருங்காயம் மற்றும் பச்சை மிளகாய், இஞ்சி, மாங்காயைப் பொடியாய் நறுக்கிக் கலந்து கருவேப்பிலை, கொத்துமல்லி போட்டு "சித்திரைத் திருவிழா மோர்" என்று கூறிக் கொடுத்தால் பெரியவர், சிறியவர் எல்லோருமே போட்டி போட்டுக் கொண்டு காலி செய்வார்கள்.

- ஜெகதா ஆறுமுகசாமி.



கடுமையான மாதவிடாயின்

பிடியில் உங்கள் வாழ்க்கை இருக்கிறதா?

கவலையை விடுங்கள்!





சமாளிக்க முடியாத கடுமையான மாதவிடாய் பிரச்னைக்கு 30 நிமிட எளிய சிகிச்சை மூலம் தீர்வு காணமுடியும்.

மிக அதிகமான மாதவிடாய் ரத்தப்போக்கு மெனோரேஜியா எனப்படும். உலகெங்கிலும் உள்ள பெண்களில் 5ல் ஒருவருக்கும் அதிகமானோர் இந்த பிரச்னையால் பாதிக்கப்படுகிறார்கள். இருந்தும் மெனோரேஜியா பிரச்னை இருக்கும் பெண்களில் பாதிபேர் அதற்கான சிகிச்சை எடுத்துக் கொள்வதில்லை. ஏனென்றால் மாதவிடாய் இரத்தப் போக்கை சராசரியாக 85% வரை குறைக்கும் என்று நிரூபிக்கப்பட்ட எளிய சிகிச்சை முறை ஒன்று இருப்பது அவர்களுக்கு தெரியாது. [illegible] **தெர்மாசாய்ஸ் யூட்டரின் பலூன் தெரப்பியால்** (Thermachoice Uterine Balloon Therapy) கருப்பையிலுள்ள சவ்வுத்திரைக்கு சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது. இந்த சிகிச்சை பாதுகாப்பானது, மேலும் ஆற்றல் மிக்கது என்பதால் பெரும்பான்மையான பெண்களின் அமோக வரவேற்பை பெற்றுள்ளதாக ஆய்வுகள் கூறுகின்றன. 95% பெண்கள் இந்த சிகிச்சை எடுத்ததிலிருந்து குறைந்தபட்சம் மூன்று ஆண்டுகள் வரை எந்த பிரச்னையும் இல்லாமல் திருப்தியாக இருக்கிறார்கள். இந்த 30 நிமிட ஒரே முறை சிகிச்சைக்கு மருத்துவமனையில் தங்க வேண்டியதில்லை. பெரும்பான்மையானவர்கள் அடுத்த நாளே அலுவலக வேலையிலோ அல்லது வீட்டு வேலையிலோ ஈடுபடுகின்றனர். மற்ற மருத்துவ முறைகளில் உள்ளது போல தெர்மாசாய்ஸ் உபயோகத்திலும் சில அசௌகரியங்கள் உள்ளன. உங்களுக்கு இந்த சிகிச்சை முறை ஏற்றதா என்று உங்கள் டாக்டரிடம் கேட்டு தெரிந்து கொள்ளவும்.



தெர்மாசாய்ஸ் சிகிச்சை

கடுமையான மாதவிடாயை கட்டுக்குள் வைத்திருக்கும்.



மேலும் அதிக தகவல் அறிய எழுதுக.

Women's Health

459, அண்ணா சாலை, சென்னை - 600 018
போன்: 434 5635/23/25/2530,
ஃபேக்ஸ்: 044-4346718.
இமெயில்: thermachoice@jnjin.jnj.com

Johnson & Johnson

கடுமையான மாதவிடாயின் பிடியிலிருந்து நீங்கள் விடுபட கீழ்க்கண்ட மருத்துவமனைகளில் தெர்மாசாய்ஸ் (Thermachoice) சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது.

1) டாக்டர் கோபிநாத், உதவி பேராசிரியர், சூரியா மருத்துவமனை, 1/1, அருணாசலம் சாலை, சாலிக்கிராமம், சென்னை-600 093. ✆ : (044) 3761750/51/53. **Cell** : 98410 28782.

2) டாக்டர் தங்கம் வர்மா **Institute of Reproductive Medicine**, 4A, டாக்டர் ஜெ. ஜெயலலிதா நகர், முகப்பேர், சென்னை-50. ✆ : (044) 6565513, 6565514.

3) டாக்டர் ராஜமகேஸ்வரி, இன்கான்டினன்ஸ் கிளினிக், சி.பி. ராமசாமி சாலை, ஆழ்வார் பேட்டை, சென்னை-18. ✆ : (044) 4994739, 4992679.

4) டாக்டர் ஜெகநாத், பில்ரோத் மருத்துவமனை, 43, லக்ஷ்மி டாக்கீஸ் ஷெனாய் நகர், சென்னை-600 030. ✆ : (044) 6444070, 6440020.

5) டாக்டர் சுஜாதா, ஹண்டே மருத்துவமனை, லக்ஷ்மி டாக்கீஸ் சாலை, ஷெனாய் நகர், சென்னை-30 ✆ : (044) 6442517, 6449422.

6) டாக்டர் சாந்தா ஸ்ரீனிவாசன், ஸ்ரீஹரி மருத்துவமனை, 106, புளியந்தோப்பு நெடுஞ்சாலை, பெரம்பூர் பேரிக்ஸ், சென்னை-600 012. ✆ : (044) 6673115, 6673161.

7) டாக்டர் கமலா செல்வராஜ், ஜி.ஜி. மருத்துவமனை 6E, நுங்கம்பாக்கம் நெடுஞ்சாலை, சென்னை-34. ✆ : (044) 8277563, 8277694.

8) பேராசிரியர் ஜெயா விஜயராகவன், ஸ்ரீ ராமச்சந்திரா மருத்துவ கல்லூரி, **Deemed University Campus**, போரூர், சென்னை-600 116. ✆ : (044) 4768403, **Ext.** 326.

9) டாக்டர் ஜெயலட்சுமி, விஷ்ணு **Infertility Clinic**, 10, மகாராஜா சூரியா சாலை, ஆழ்வார் பேட்டை, சென்னை-600 018. ✆ : (044) 4352178, 4341391. **Cell**: 98410 43413.

10) டாக்டர் ஜெயம் கண்ணன், 4, 6வது குறுக்கு புண்ணைட் இந்தியா காலனி, கோடம்பாக்கம், சென்னை-600 024. ✆ : (044) 4844718, 4728875.

11) டாக்டர் மிருதுபாஷினி கோவிந்தராஜன், ராமகிருஷ்ணா மருத்துவமனை, 395, சரோஜினி நாயுடு தெரு, மாவரம்- பாளையம், கோவை-44. ✆ : (0422) 213411, 200033.

12) டாக்டர் கிருஷ்ண கணபதி, லீனா மருத்துவமனை, 47, பவர்ஹவுஸ் சாலை, டாடா பெட், காந்திபுரம், கோவை-641012. ✆ : (0422) 498381, 498382, 498383.

13) டாக்டர் சுமா நடராஜன், ஜி. குப்புசாமி நாயுடு மருத்துவமனை, கோயம்புத்தூர். ✆ : (0422) 211000, 213501-507.

14) டாக்டர் ஜெயம் கண்ணன், கர்பரக்ஷாம்பிகை, **Infertility Clinic, 8B**, ராமராயர் தெரு, தென்னூர், திருச்சி-620 017. ✆ : (0431) 767070, 760387.

15) டாக்டர் செல்லம்மாள் அர்த்தநாரி, கோகுலம் மருத்துவமனை, பைப் ரோட்ஸ், சேலம். ✆ : (0427) 44817176.

16) டாக்டர் ரேஷ்மிராஸ், சேலம் பாலி கிளினிக், 128, புது எண், 66, ஓமலூர் ரோடு, சேலம்-636 007. ✆ : (0427) 312020, 314140.

17) டாக்டர் மகாலட்சுமி, சாய்ராம் ஐ.வி.எப். **Infertility** சென்டர், சுந்தரம் நர்சிங் ஹோம், சேலம். ✆ : (0427) 313200

18) டாக்டர் ஆக்னெஸ், ஜோசப் மருத்துவமனை, 25, சந்திரம் வீதி, பாளையங்கோட்டை-627 002. ✆ : (0462) 2580979/80.

19) டாக்டர் ஜி.ஜி. செல்வன், அன்னை வேளாங்கண்ணி நர்சிங் ஹோம், முருகன் குறிச்சி, பாளையங் கோட்டை-627 002, திருநெல்வேலி. ✆ : (0462) 2502043/44.

20) டாக்டர் சீதாலட்சுமி, கார்த்திக் நர்சிங் ஹோம், 37, எஸ்.டி.சி. காலேஜ் ரோடு, பெருமாள்புரம், திருநெல்வேலி-627 007. ✆ : (0462) 2531777, 2530410, **Cell** : 98430 58457.

21) டாக்டர் மதுபாலா, லட்சுமி மருத்துவமனை, மதுரை சாலை, திருநெல்வேலி-627 001. ✆ : (0462) 2333830.

22) டாக்டர் அஜிதா சேகர், வசந்தம் ஹெல்த் சென்டர் பி.லிட்., டெனிசன் சாலை, நாகர்கோவில்-629 001. கன்னியாகுமரி மாவட்டம். ✆ : (04652) 22526. **Cell** : 98421 12009.

23) டாக்டர் ஜெய சேகரன் மருத்துவமனை, கே.பி. ரோடு, நாகர்கோவில்-629 003, கன்னியாகுமரி மாவட்டம். ✆ : (04652) 230019-21, 233905/06.

24) டாக்டர் இருதயராஜ், இருதயம் மருத்துவமனை பி.லிட்., மாட்டுச்சந்தை பின்புறம், நாகர்கோவில்-2, கன்னியாகுமரி மாவட்டம். ✆ : (04652) 241561, 240368, 244720.

25) டாக்டர் நாகேஷ்வரி, அவ்வை ஜானகி மருத்துவமனை, 43, சண்முகபிள்ளை, 2வது தெரு, அலகாடி, மதுரை-625 016. ✆ : (0452) 602033, 602283, 638344, 603948.

For more information on Thermachoice Uterine Ballon Therapy, please contact any of the above consultants.

சிரமமான மாதவிலக்கின் பாதிப்பிற்கான சிகிச்சையில் தெர்மாசாய்ஸ் யுடெரின் பலூன் தெரப்பி பலன் பற்றி மேலும் அதிக தகவல் அறிய, தயவு செய்து மேற்குறிப்பிட்ட ஏதாவது ஒரு மருத்துவ நிபுணரை தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.

நீங்கள் வேலை செய்யுமிடங்களில் கண்ணில் படும்படியாக வெவ்வேறு சைஸுகளில் அல்லது கோணங்களில் உங்களை நீங்கள் அடிக்கடி பார்த்துக் கொள்ளும்படியாக கண்ணாடிகளை மாட்டுங்கள். உங்களை நீங்கள் சிரிக்கும் போது, சிடுசிடுக்கும் போது, கோபப்படும் போது அடிக்கடி பார்த்துக் கொள்ள நேரிட்டால், 'நான் எப்படி எல்லாம் இருக்கக் கூடாது' என்று நீங்களாகவே ஒரு முடிவுக்கு வர வாய்ப்பிருக்கிறது. கண்ணாடி முக அழகுக்கு மட்டுமல்லாமல் மன அழகையும் சரிப்படுத்த உதவும்.

- நிருபா மோஹன்



டாக்டர் என்ன சொன்னார்?"

நீ நம்பவில்லை அம்மா. உண்மை கூட ஜோடனை இல்லாமல் இருக்கும் பொழுது நம்ப முடிவதில்லை. ஆனால் உன்னிடம் நிஜம் சொல்லி விட்டேன்;

"பெருசா ஒண்ணுமில்லைம்மா! உனக்கு மென்ஸஸ் நின்னு ரெண்டு வருஷம்தானே ஆகிறது! கர்ப்பப்பை பலவீனமானா வயித்து வலி வரும். அதனால நீ வேலை எதுவும் செய்யக் கூடாதுன்னார். அதைக் கொஞ்சம் விவரமா சொன்னார். அவ்வளவுதான்."

அம்மா நம்பினாள்.

வீட்டுக்குப் போனதும் அம்மாவின் சில் லறை வேலைகளை லலிதாவே செய்து, தட்டு அலம்பி சாதம் போட்டு, படுக்கை விரித்து, அம்மாவைப் படுக்க வைத்தபோது, அம்மா "என்ன லலிதா இதெல்லாம்?" என்ற கேள்விக்கு இரவு முழுவதும் அழுதபடி விடை தேடினாள்.

பளீர், பளீர் என்று முகத்தில் பச்சைத் தண்ணீர் விழுவது சுகம். ஆடி மாதம் தொடங் கிய சாயல் தெரியவில்லை. ஆறரை மணி வரை வெயில் இறங்க மாட்டேன் என்கிறது. ஐந்து மணி நேரமும் வகுப்பு அமைந்து விட்டது. அந்த அலுப்பு, எதிர் வெயில், புடவை, ஜாக் கெட்... த்சூ! உடைகள் விலங்குகள். உள்ளே நுழையும் பொழுது பாலாஜி வெறும் ஷார்ட்ஸ் மட்டும் போட்டுக் கொண்டு உலாவிக் கொண் டிருந்தான். பொறாமையாக இருக்கிறது. கழுத்தி லிருந்து முதுகில் ஜாக்கெட்டை ஊடுருவி குளிர்ந்த தண்ணீர் இறங்கிய பொழுது சுகமாக இருந்தது.

லலிதா முகத்தை டவலால் அழுத்தித் துடைத்தபடி கண்ணாடி முன்னால் நின்றாள். கண்ணாடியும் அவளைப் போலவே ரசமிழந்து இளித்தது. அவளிடம் நல்ல கண்ணாடி இல்லை. அதிகப்படியான மேக்-அப் சாதனங் கள் இல்லை. ஒரு ஆஷா, ஒரு சாந்து பாட்டில், ஒரு பவுடர் டப்பா, சில சமயம் பஃப் இருக்கும். சில சமயம் இருக்காது. லேசாகப் பவுடர் போட்டுக் கொண்டு குங்குமம் இட்டுக் கொண்டு சமையலறைக்குள் போனாள்.

அவள் உள்ளே நுழைய மன்னி கல்யாணி வெளியில் வந்து விட்டாள். பால் பாத்திரத்தில் மிக அடியில் பால் இருந்தது.

"மன்னி பால் இவ்வளவுதானா?"

"பாலாஜியோட ஃப்ரெண்ட்ஸ் ரெண்டு பேர் வந்திருந்தா" டக்கென்று கல்யாணியிட மிருந்து பதில் வந்தது.

என்னதான் ஊதிவிட்டு பாலை டிகாஷ னில் விட்டாலும் ஆடை விழாமல் இருக்காது. வெண்மைத் திட்டுகளாய்த் தெரியும் காப்பி யைப் பார்த்தால் எரிச்சல் வரும்.

வெளியில் வந்தாள்.

நடு ஹாலில் லலிதா மர நாற்காலியில் உட் கார்ந்தாள். மன்னி கல்யாணி புத்தகம் படித்துக் கொண்டிருந்தவள் சமையலறையில் வேலை இருக்கும் பாவனையுடன் உள்ளே போனாள். ஜாக்கெட்டுக்கு இஸ்திரி போட்டுக் கொண் டிருந்த ரோகிணி உள்ளே போனாள். சன்ன மாக டிரான்ஸிஸ்டரில் விவிதபாரதி கேட்டுக் கொண்டிருந்த உமா வாசல் திண்ணைக்குப் போய் விட்டாள்.

தான் மட்டும் ஹாலில் ராஜ்ய பரிபாலனம். பிரஜைகள் இல்லாத ராணி.

இந்த நிலை இப்பொழுது அதிகரிக்கத் தொடங்கியுள்ளது. தான் மட்டும் தனியே விடப்படும் நிலை. குறிப்பாக வீட்டில் மட்டும். வெளியில் அவளது சிரித்த முகம் பிரபலம். வக்கீல் ரங்கராஜன் பெண் ரஜினி இவளைக் கண்டதும் மடியில் ஏறி உட்கார்ந்து கொள் வாள். பள்ளியில் மாரல் இன்ஸ்ட்ரக்ஷனுக்கு வகுப்பு வேறுபாடு இல்லாமல் இவள்தான் நிரந்தர விரிவுரையாசிரியை. முன் "உன் சிரித்த

முகம்தான் காரணம்" என்கிறாள்.

ஆனால் வீட்டில் சாதாரண பேச்சைக் கேட்கக் கூட ஆள் இல்லை.

தவறு யார் மேல்?

லலிதா மெல்ல கவனத்தை மாற்ற முயன்றாள்.

இப்படியே இவர்கள் விலகிப் போனால் அம்மாவைப் பற்றிய விஷயத்தை எப்படிச் சொல்வது? ஸ்ரீனிவாசன் தீர்மானமாகச் சொல்லி விட்டார். உன்னால் எவ்வளவு சீக்கிரம் ஐம்பதாயிரம் ரூபாய்க்கு ஏற்பாடு பண்ண முடியுமோ அவ்வளவு நல்லது. அம்மாவோ வயித்த என்னமோ பண்றது மோர் சாதம் மட்டும் போதும் என்று சுருண்டு, சுருண்டு படுத்துக் கொள்கிறாள்.

எல்லாரிடமும் சொல்ல வேண்டும். மூத்தவன் பாபு; தம்பி பாலாஜி; மூத்த அக்கா உமா; அவள் வீட்டுக்காரர் ரகுராமன் எல்லாரிடமும் அம்மாவை ஆக்டோபாஸைப் போல கவ்விப் பிடித்து வரும் கான்ஸரைச் சொல்ல வேண்டும். வீட்டில் சொல்ல முடியாது. சின்ன வீடு. இரண்டு தனித்தனி பெட்ரூம் இருக்கிறது என்றாலும் 2:3 என்ற விகிதத்தில் அவர்கள் அதைப் பகிர்ந்துக் கொள்ளும் போட்டி பிரமாதமாக இருக்கும். காதைக் கடிக்கும் கீழ்க்குரலில் பேச முடியாது. அம்மா வீட்டில் ஒரு ஆம்னிப்ரசன்ட். மேலும் அம்மாவுக்குத் தெரிய வேண்டாம் என்று அடிக்கோடிட்டுச் சொல்லும் விஷயத்தை ரோகிணி நேராக அம்மா காதில் போட்டு விடுவாள். நாத்தனாரை முறைத்துக் கொள்ளும் நேரத்தில் அவளுக்கு மாமியார் பாசம் வந்து விடும். ஐம்பதாயிரம் ரூபாய்த் திரட்டுவதைப் பற்றிப் பேச வேண்டும். இதைக் கீழ்க்குரலில் எவ்வளவுதான் பேசுவது?

"அத்தே!" சர்ர்ரென்று ஓடி வந்த பாபுவின் பையன் பிரபாகர் முதுகில் ஏறி கழுத்தைக் கட்டிக் கொண்டான்.

"என்னடா தங்கம்?" லலிதா அவனை வாரி மடியில் கிடத்திக் கொண்டாள்.

"எக்ஸிபிஷன் வந்திருக்கு அத்தே"

"வருஷா வருஷம் வர்றதுதானே செல்லம்?"

"நாமளும் போலாமா?"

சட்டென்று லலிதாவுக்கு ஒரு யோசனை தோன்றியது. அம்மாவைத் தவிர எல்லாரையும் அழைத்துக் கொண்டு எக்ஸிபிஷன் போனால் என்ன? அங்கே இவர்களிடம் விஷயத்தைச் சொல்வது எளிதாக இருக்காதா?

"ஓ எஸ் போலாம். ஜயண்ட் வீலில் சுத்தலாமா?"

"அய்ய்! நல்ல அத்தை" அவள் கன்னத்தில் அழுத்தி ஒரு முத்தம் கொடுத்து விட்டு ஓடினான்.

குழந்தையின் வேண்டுகோள் என்பதால் எல்லோரும் வர சம்மதித்தார்கள். ஒரு நாள் மாலை பிஸினஸைக் கவனிக்காவிட்டால் மறுநாள் இன்ஸால்வன்ஸி நோட்டீஸ் கொடுக்க வேண்டும் என்ற ரீதியில் பாலாஜி முனகினான். அவனும் கடைசியில் சம்மதித்தான். அம்மா தானே முன்வந்து வரவில்லை என்று சொல்லி விட்டாள்.

எல்லோரும் பஸ் பிடித்து கண்காட்சி மைதானத்துக்குப் போனார்கள்.

பொருட்காட்சி நுழைவாயிலில் கல்யாணி பாபுவை நிறுத்தி, "உள்ளே நுழையறதுக்கு டிக்கெட்டை நீங்களே எடுத்துடுங்க. ஒரு டிக்கெட் ரெண்டு ரூபாய். மொத்தம் பதினஞ்சு ரூபா செலவோட போகும். அப்புறம் எதுக்கும் நீங்க பர்ஸைத் திறக்க வேண்டாம்" என்றாள் கீழ்க்குரலில். லலிதாவுக்குப் பாம்புச் செவி. சிரித்துக் கொண்டாள்...

(தொடரும்)

தினமும் நாம் எப்படியும் ஒரு காய் - கேரட்டோ, கோஸோ, பீன்ஸோ, பீட்ரூட்டோ என்று ஒரு பொரியல் செய்யாமல் இருக்க மாட்டோம். அப்படிப் பொரியல் செய்யும் போது தேங்காயைத் துருவி அப்படியே போடுகிறோம். அதற்கு மாறாக துருவிய தேங்காயோடு ஒரு சிட்டிகை மஞ்சள் பொடி, ஒரு சிட்டிகை மிளகாய்த் தூள் அல்லது காரத்திற்கு ஏற்றாற்போல் ஒன்றிரண்டு வரமிளகாய், 2 பல் பூண்டு, துளியூண்டு சீரகம், கொஞ்சம் கருவேப்பிலை இவைகளை சேர்த்து மிக்ஸியில் ஒரு செகண்டு ஓட விட்டு பின் வேகவைத்த காயோடு சேர்த்துக் கிளறினால் பொரியல் சூப்பராக இருக்கும். உடம்புக்கும் நல்லது.

- மங்களம்



இம்மாத இல்லத்தரசி

பொருள் :
'எங்க வீட்டு பாரம்பரிய உணவு!'





* ச. ஜெயலட்சுமி

முதல் பரிசு :
'பிவிஜி எக்ஸல்' வழங்கும் கிரைண்டர்

நவமி பாயசம்

திருநெல்வேலி மாவட்டத்தில் உள்ள களக்காடு எனும் ஊரில், ஸ்ரீராமநவமி, பத்து நாள் உற்சவமாகப் பாட்டுக் கச்சேரியுடன் அமர்க்களமாகக் கொண்டாடப்படும். முடிவில், ஊர் முழுவதுக்கும் சாப்பாடு போடுவார்கள். ஒவ்வொரு வீட்டிலிருந்தும் ஒவ்வொரு உணவு தயாராகிப் போகும். அந்த விதத்தில் எங்கள் இல்லத்திலிருந்து மணக்க மணக்க இந்த வெல்லப் பாயசம் தயார் செய்யப்பட்டு அனுப்பப்படும். பெரிய பெரிய உருளைகளில் செய்து (கொதி அடங்கவே மாலை ஆகும்), கொண்டு போய்ப் பரிமாறுவார்கள். அங்கேயிருந்து நாங்கள் புலம் பெயர்ந்து விட்டாலும், எங்கள் குடும்பத்து வீடுகளில், இன்றும் ராமநவமி அன்று இந்தப் பாயசம் செய்து பக்கத்து வீடுகளில் பரிமாறிக் கொண்டு திருப்தி அடைகிறோம்.

தேவையான பொருட்கள் :
பச்சைப் பயறு - ¼ கிலோ,
ஜவ்வரிசி - 100 கிராம்,
வெல்லம் - 400 கிராம்,
தேங்காய் (பெரிதாக) - 1,
முந்திரிப் பருப்பு - 2 ஸ்பூன்,
சாரைப் பருப்பு - விருப்பப்படி,
ஏலக்காய் - 5,
நெய் - 2 கரண்டி.

செய்முறை :
முதலில் முந்தின நாள் இரவே பச்சைப் பயறை லேசாக வறுத்து, ஊறப் போடவும். மறுநாள் காலையில் ஊறின பச்சைப் பயறை தனியாகவும், ஜவ்வரிசியைத் தனியாகவும் வேகவைத்துக் கொள்ளவும் (குழைவாக). தேங்காயை முக்கால் பாகம் துருவி, பால் (2

பால்) எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும். கால் பாகம் தேங்காயைக் கீறி, நெய்யில் வறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். அதிலேயே முந்திரிப் பருப்பையும் வறுத்து வைத்து விடலாம்.

வெல்லத்தைக் கரைய விட்டு நன்றாக வடிகட்டி விட்டு, பெரிய இலுப்பச்சட்டியில் வைக்கவும். அதில் வேகவைத்த பச்சைப் பய றையும், ஜவ்வரிசியையும் நன்றாகக் கலக்கி விட்டுக் கொதிக்க விடவும். கொதி வரும் போது முதலில், 2-ம் பால் - தேங்காய்ப் பால் விட்டுக் கொதிக்க விடவும். பிறகு மெதுவாக முதல் பாலை விட்டு ஐந்து நிமிடம் கழித்து, வறுத்தத் தேங்காய்க் கீறல்கள், முந்திரி, சாரைப் பருப்பு, ஏலக்காய்ப் பொடி போட்டுக் கலக்கி இறக்கவும். 'கமகம'வென்ற நவமி பாயசம் தயார்.

- சாரதா கணேஷ், டெல்லி.

இரண்டாம் பரிசு ரூ. 300/-

நான்கு தலைமுறை மிளகாணம்

இந்த மிளகாணத்தை என் பாட்டி, என் அம்மா, நான், என் பெண் அனைவரும் வாரத்தில் ஒருநாள் கட்டாயம் சமைத்துச் சாப்பிடுவோம். வயிற்றுப் புண்ணை ஆற்றும். ஜீரண சக்தியை அதிகரிக்கும். நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியை உண்டாக்கும்.

தேவையான பொருட்கள் :

மிளகு - 1 டீஸ்பூன்,
சீரகம் - 1 டீஸ்பூன்,
கருவேப்பிலை - சிறிய கிண்ணம்,
கடுகு - 1 டீஸ்பூன்,
காயம் - ¼ டீஸ்பூன்,
புளி - எலுமிச்சையளவு,
உப்பு - திட்டமாக,
நல்லெண்ணெய் - 1 கரண்டி.

செய்முறை :

புளியைக் கெட்டியாகக் கரைத்துக் கொள்ளவும். மிளகு, சீரகம், கருவேப்பிலை மூன்றையும் கொஞ்சம் நல்ல எண்ணெய் விட்டு வறுத்து, மிக்ஸியில் நைசாக அரைத்துக் கொள்ளவும். பாத்திரத்தில் மீதி எண்ணெயை விட்டு கடுகு, காயம் போட்டு வெடித்தவுடன் கரைத்த புளிக் கரைசலை விடவும். இதில் அரைத்த விழுது, உப்பு சேர்த்துக் கொதிக்க விடவும். கெட்டியாக வந்தவுடன் இறக்கவும். சுடு சாதத்தில் மிள காணத்தைக் கொஞ்சம் போட்டுக் கலந்து சாப்பிடுங்கள். அற்புதமான, சுவையான மிள காணம் ரெடி.

ஐங்காயம்

தேவையான பொருட்கள் :

வேப்பம்பூ - 1 கரண்டி,
திப்பிலி - 1 ரூபாய்க்கு,
சுண்டைக்காய் வற்றல் - 1 கரண்டி,
மணத்தக்காளி வற்றல் - 1 கரண்டி,
மிளகு - 1 டீஸ்பூன்,
சீரகம் - 1 டீஸ்பூன்,
தனியா - 1 டீஸ்பூன்,
சுக்குப்பொடி - 1 டீஸ்பூன்,
மிளகாய் வற்றல் - 4,


• ரேணுகா




• பாமா ரமணி

என் மகளுக்கு முகம் முழுவதும் பொறிப் பொறியாய் வெடித்து வாரிக் கொட்டியிருந்தது. அவள் மனதில் ரொம்ப வெறுத்துப் போயிருந்தாள். நானும் அவளுமாகக் கோவிலுக்குப் போயிருந்தோம். அப்பொழுது ஒரு பெரியவர் அவளைப் பார்த்து, "பாகற்காய் ஜூஸ் தினமும் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட்டு வா. முகம் சரியாகி விடும்" என்றார். என் மகளும் தினமும் மூன்று டேபிள் ஸ்பூன் சாப்பிட்டு வர, ஒரு மாதத்தில் முகம் பளிச். அந்த முகமா என்று ஆச்சரியம்.

- சரோஜா ஸ்ரீநிவாஸன்.



கல் உப்பு - திட்டமாக.
துவரம் பருப்பு - 1 கரண்டி.
காயம் - சிறு துண்டு.

செய்முறை :

வெறும் வாணலியில் மேலே சொன்ன பொருட்களைப் போட்டு நன்கு வறுக்கவும். ஆறிய பிறகு மிக்ஸியில் போட்டு பொடி செய்து கொள்ளவும். சுடுசாதத்தில் நெய், நல்லெண்ணெய் விட்டு, ஒரு ஸ்பூன் ஐங்காயப் பொடியைப் போட்டுக் கலந்து சாப்பிடுங்கள். அமிர்தமாய் இருக்கும். வயிற்றுப் பொருமலை நீக்கும். ஜீரண சக்தியை அதிகரிக்கும்.

- ச. ஜெயலட்சுமி, கடலூர்.

மூன்றாம் பரிசு ரூ. 200/-

உளுத்தம் பருப்புச் சாதம்

தேவையான பொருட்கள் : (4 பேருக்கு)

உளுந்து - 100 கிராம், (தோலுடன் (அ) தோலில்லாமலிருக்கலாம்)
அரிசி - 400 கிராம்,
தேங்காய்த் துருவல் - ½ கப்,
உப்பு - தேவையான அளவு,
வெள்ளைப் பூண்டு - 50 கிராம்.

செய்முறை :

உளுந்தை இலேசாக, வெறும் வாணலியில் வறுக்கவும்.

அரிசியுடன் சேர்த்துக் கழுவி, குக்கருக்குள் உள்ள சட்டியில் 1 பங்கு அரிசிக்கு 3 பங்கு தண்ணீர் விட்டுத் தேவையான அளவு உப்புப் போட்டு, எப்போதும் சாதம் வைக்கும் நேரம் வைத்து, குக்கரை இறக்கவும்.

வெள்ளைப் பூண்டைத் தோல் உரித்து இலேசாக எண்ணெய் விட்டு வதக்கி இறக்கவும். தேங்காயை வெறும் வாணலியில் இலேசாக வறுத்து இறக்கவும். இரண்டையும், குக்கரில் ஆவி போனவுடன் சூடான சாதத்தில் கொட்டிக் கிளறி, குக்கரை மீண்டும் அடுப்பில் ஐந்து நிமிடம் வெயிட் போடாமல் வைத்து இறக்கவும்.

இந்தச் சாதத்திற்கு எள்ளுத் துவையல், அவியல்தான் சிறந்த காம்பினேஷன்.

எள்ளுத் துவையல்

தேவையான பொருட்கள் :

தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப்,
மிளகாய் வற்றல் - 4,
புளி - சிறிய துண்டு,
உப்பு - தேவையான அளவு,
எள்ளு - ½ கப்,

தேங்காய், எள்ளு இரண்டையும் தனித் தனியே வெறும் வாணலியில் வறுத்து எடுத்து, மிளகாய் வற்றல், புளி, உப்பு சேர்த்துக் கெட்டியாக அரைக்கவும். வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு கடுகு, உளுத்தம் பருப்புப் போட்டுத் தாளித்து, அரைத்த துவையலில் போட்டுத் திரும்பவும் அரைத்து முடித்தால் எள்ளுத் துவையல் ரெடி.

அவியல்

கத்தரிக்காய் - 200 கிராம்,
வாழைக்காய் - 1 (பெரியது)

கேரட் - 50 கிராம்,
முருங்கைக்காய் - 1,
உருளைக்கிழங்கு - 200 கிராம்,
மாங்காய் (சிறியது) - 1
பீன்ஸ் - 50 கிராம்,
தேங்காய் - 1 மூடி,
சின்ன வெங்காயம் - 100 கிராம்,
சீரகம் - 1 டீஸ்பூன்,
பச்சை மிளகாய் - 2,
கருவேப்பிலை - 1 கரண்டியளவு,
தேங்காய் எண்ணெய் - 1 மேசைக்கரண்டி,
உப்பு - தேவையான அளவு.

செய்முறை :

1. வெங்காயம், சீரகம், மிளகாய் மட்டும் தனியே அரைத்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.
2. காய்கறிகளை 1 அங்குலம் நீளமாக அரிந்து எல்லாவற்றையும் குக்கரில் 10 நிமிடங்கள் மட்டும் வேகவைக்கவும்.
3. அடுப்பில் வாணலியில் தேங்காய் எண்ணெய் விட்டுத் தாளித்து, அதில் அரைத்து வைத்துள்ள வெங்காயக் கலவையைப் போட்டு, வெந்த காய்கறிகளையும் அதில் சேர்த்துக் கிளறவும்.
4. தேங்காயைத் தனியே அரைத்தெடுத்து கொதிக்கும் காய்கறிகளில் கொட்டி, உப்புப் போட்டுக் கிளறி விடவும்.
5. நன்கு கொதித்துத் தேங்காய் வாடை



செடிகளைப் பிடுங்கி நடவோ, தொட்டிகளுக்கு மண் மாற்றவோ எது செய்வதாக இருந்தாலும் வெயில் அடங்கிய சாயங்கால வேளையே சிறந்தது.

- திருமதி ராமு.





போனவுடன், கருவேப்பிலைப் போட்டு இறக்கவும்.

6. இந்தச் சாதத்திற்கு அவியல் கொஞ்சம் தண்ணீர் கலந்த கலவையாக இருக்குமாறு பார்த்துக் கொள்ளவும்.

7. மாங்காய் இல்லையெனில், புளி கரைத்து கொதிக்கும் போது விடலாம் (அ) கெட்டியான, ரொம்பப் புளிக்காத தயிர் 1 கப் விடலாம்.

உளுத்தம் பருப்புச் சாதத்தில் எள்ளுத் துவையல் போட்டு நல்லெண்ணெய் விட்டுப் பிசைந்து அவியல் தொட்டுச் சாப்பிட வேண்டும்.

உளுந்து + எல்லாக் காய்கறிகளும் சேர்வதால், இது உடலுக்கு அதிகச் சக்தியைத் தரும். குறிப்பாகப் பெண்களுக்கு சடங்கானவுடன் அதிகம் செய்து கொடுக்கும் உணவாகும்.

- கே. சொர்ண சுந்தரி, பழனி.

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 100/-

ஆரஞ்ச் தோல், இஞ்சி புளித் தொக்கு

நம் பெரியவர்கள், வீட்டில் உபயோகத்தில் இருக்கும் பொருட்களை வைத்தே எதையும் வீணாக்காமல், நல்ல சுவை, மணத்துடன் கூடிய எளிமையான, ஆரோக்யமான உணவைத் தயாரித்தார்கள். அந்த வகையில் வந்த பாரம்பரிய உணவு!

தேவையான பொருட்கள் :

பொடியாக அரிந்த கமலா ஆரஞ்ச் தோல் - 1 கப்,
பொடியாக அரிந்த இஞ்சித் துண்டுகள் - 150 கிராம்,
பொடியாக அரிந்த பச்சை மிளகாய் - 100 கிராம்,
வெல்லம் - 100 கிராம்,
மஞ்சள் தூள் - 1 டீஸ்பூன்,
பெருங்காயம் - சிறிதளவு,
கடுகு - 1 டீஸ்பூன்,
கடலைப் பருப்பு - 2 டீஸ்பூன்,
அரிசி மாவு - 2 டீஸ்பூன்,
நல்லெண்ணெய் - 100 கிராம்,
தேவையான அளவு உப்பு.

சீனப் பழமொழிகள்

- நண்பர்களுடன் ஒரே வீட்டில் வாழ்வதை விட அவர்கள் வீட்டுக்குப் போய் வந்து கொண்டிருப்பது எளிது.
- ஒரு டன் தங்கத்தை வைத்துக் கொண்டிருந்தாலும் ஒரு நிமிட நேரத்தைக் கூட வாங்க முடியாது.
- முதியோர் இருக்கும் ஒவ்வொரு வீட்டிலும் ஓர் ஒளிமிக்க மணி இருக்கிறது.
- சொர்க்கத்திற்கு மலர்கள் தூவிய பாதை இருக்கிறது. ஆனால், அதில் யாரும் நடப்பதே இல்லை. நரகத்திற்கு வாசலேயில்லை. ஆனால், அதில் எல்லோரும் சுவர் ஏறிக் குதித்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள்.

தகவல் : ஜஹ்பர் காதர்.

செய்முறை :

புளியைத் தண்ணீரில் ஊறவைத்துச் சாற்றை வடிகட்டவும். புளிச் சாற்றுடன் சேர்த்து, நீரும் கலந்து, 4 கப் அளவு இருக்கலாம்.

வாணலியில், எண்ணெய் விட்டு, கடுகு, பெருங்காயம், கடலைப் பருப்பு தாளிக்கவும். பச்சை மிளகாய்ப் போட்டு வதக்கவும். வதங்கியதும் புளித் தண்ணீரை விட்டுக் கொதிக்க விடவும்.

கொதி வந்தபின், மஞ்சள் பொடி, ஆரஞ்ச் தோல், இஞ்சித் துண்டுகளைச் சேர்த்துத் தேவையான உப்புப் போட்டுக் கொதிக்க விடவும்.

இருபது நிமிடங்கள், நிதானமானத் தீயில் கொதித்துக் குறுக விடவும். வெல்லத்தைப் பொடி செய்து சேர்க்கவும். அரிசி மாவை நீரில் கரைத்து விடவும்.

எல்லாமாகச் சேர்ந்து கொதித்து, நல்ல வாசனையுடன் கொதி நிலை அடங்கி, எண்ணெய் மேலாகப் பிரிந்து வரும் சமயம், சுருட்டிக் கிளறி இறக்கவும். நன்கு ஆறிய பின் சுத்தமான பாட்டிலில் எடுத்து வைக்கவும்.

ஆரஞ்சு சீசனில், உபயோகித்துக் காய்ந்து போன தோலை வைத்துச் செய்யும் இந்தத் தொக்கு, ஆறு மாதம் வரை வைத்து உபயோகிக்கலாம்.

சாதத்துடன் பிசைந்து சாப்பிட, இட்லி தோசை, உப்புமா, சப்பாத்தி, தயிர் சாதத்திற்கு என்று, எல்லாவற்றிற்குமே மிக ருசியாக இருக்கும்.

- பாமா ரமணி,
திருச்சி.

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 100/-

அரிசி வடை

தேவையான பொருட்கள் :

புழுங்கலரிசி - 2 ஆழாக்கு,
புளித்த கெட்டியான தயிர் - ½ லிட்டர்,
தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப்,
உப்பு - தேவைக்கேற்ப,
பச்சை மிளகாய் அல்லது மிளகாய் வற்றல் - தேவைக்கேற்ப,
பெருங்காயம் - சிறிதளவு,
எண்ணெய் - பொரிப்பதற்கு.

செய்முறை :

அரிசியை நன்கு ஊறவைத்துக் களைந்து வடிய விடவும். புளித்தத் தயிரை சிறிது விட்டுப் பிசிறி வைக்கவும். தேங்காய், மிளகாய், பெருங்காயம், இவற்றைச் சேர்த்து நன்கு நைசாக அரைக்கவும். அரைக்கும் பொழுது புளித்தத் தயிரையே சேர்த்துக் கொள்ளவும். கெட்டியாக அரைக்க வேண்டும். மாவு சிறிது தளர்ந்து விட்டால் ஒரு துணியில் மாவை மூட்டையாகக் கட்டித் தொங்க விடவும். அதிகமுள்ள தண்ணீர் வடிந்து விடும். வாணலியை அடுப்பிலேற்றிச் சூடேற்றவும். டபராவின் மேல் ஒரு ஈரத் துணியைப் போட்டு, அரைத்த மாவை வடைகளாகத் தட்டி எடுக்கவும்.

ஐந்து அல்லது ஆறு வடைகள் சேர்ந்து தட்டலாம்.

குறிப்பு : ஏடுடன் தயிரைச் சேர்த்தால் ரொம்ப நன்றாக இருக்கும்.

- ரேணுகா சக்ரராஜன், சென்னை - 92.



டெல்லி மாநகரில் வஸந்தத்தை வரவேற்க மக்கள் எடுத்துக் கொள்ளும் முயற்சி பாராட்டத்தக்கது. பூங்காக்களிலிருந்து அரசு அலுவலகங்கள் வரையில் புல்வெளிகள் சீராக்கப்பட்டு, வித விதமான வண்ணப்பூக்களைத் தரப்போகும் செடிகளை நட்டு (கோர்வையாய், அலங்காரமாய்), ஜனவரி மாதக் குளிரில் பாடுபடும் தோட்ட வேலைக்காரர்களின் சிரத்தைக்கு, இயற்கை அன்னையே தலை வணங்கி, பிப்ரவரி மாத மத்தியில், வர்ணங்களை வழிய விடுவாள். ரம்மியமான ஒரு காலம் அது.

இயற்கை அப்படி என்றால், மனிதர்கள் அதிலும், பள்ளி செல்லும் சின்னஞ் சிறு பாலகர்களிலிருந்து, விதவிதமான படைகளில் பணி புரியும் ஜவான்கள், கலைக்குழுவினர் வரை குடியரசு தின விழா ஒத்திகையைக் காலை ஐந்து மணி கடுங்குளிரில் ஆரம்பித்து விடுவார்கள். இந்தியாவின் பெருமைகளை உலகுக்கு எடுத்துக் காட்டுவதோடு, மக்களுடன் மக்களாய் மகிழ ஒரு சந்தர்ப்பம் அல்லவா!

ஒரு பெரிய அரசாங்கத்தின் பிரிவே இதற்காக மெனக்கெட்டு செயல்பட்டுக் கொண்டிருக்கும். டிராபிக்கே திருப்பி விடப்பட்டாலும் ''அரே சப்பிஸ் ஜனவரி யார்!''னு சொல்லிக் கொண்டே சொன்னபடி கேட்கும் மக்கள், விந்தை!

வி.ஐ.பி.யிலிருந்து சாதாரணக் குடிமகன் வரை, விதவிதமான பாஸ்கள், டிக்கெட், என

• மாலையில் விளக்கு அலங்காரங்களுடன் இருக்கும் குடியரசுத் தலைவர் மாளிகை முன்னால் மாமியார், குழந்தைகளுடன் நான்

பரிதாபமாகப் போன தமிழர்கள் வண்டி!



எடுத்துப் பலவித செக்யூரிட்டி சோதனைகளைத் தாண்டி மைல் கணக்கில் நடந்து (காருக்குத் தனி டிக்கெட், தனி இடம்) ஒருவழியாக 8.30 மணிக்கு வந்து அமர்ந்தோம். 10 வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகள் முன்னாடி விரிக்கப்பட்டிருக்கும் ஜமுக்காளத்தில் அமர்ந்து கொண்டனர். (வாட்டர் பாட்டில், பர்ஸ் எதற்கும் அனுமதி கிடையாது, வெறுங்கையை வீசிக் கொண்டு வர வேண்டும்). ஒவ்வொரு கவுண்ட்டர் பின்னாலேயும் சிறியதாக ஒரு டாய்லெட், குடிதண்ணீருக்கு ஏற்பாடு செய்திருந்தனர். (மிலிட்டரி வேலைகள் இல்லையா!?)

அமர் ஜவான் ஜோதிக்கு மரியாதை செலுத்தி விட்டு

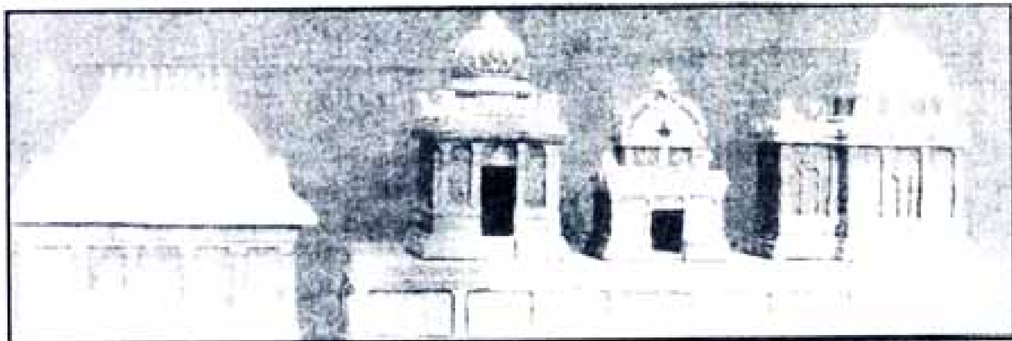
பிரதமர் வந்த பிறகு, குடியரசுத் தலைவர் அவருடைய சிறப்புப் பாதுகாப்புப் படையுடன் கண்டெலா காரில், முன்னாடி அமர்ந்திருக்கும் குழந்தைகளைப் பார்த்துச் சிரித்தபடி (புன்னகை அரசர் இல்லையா?!) கையசைத்துக் கொண்டு வந்தார். அது என்னவோ அவரைப் பார்த்தவுடன் எல்லோருக்கும் ஓர் உற்சாகம் தொற்றிக் கொள்கிறது பாருங்கள்! நிஜமாகவே நாம் கொடுத்து வைத்தவர்கள்தான் (டானிக் மனிதர்!).

அணிவகுப்புகள் சீர் சீராக பவனி வர ஆரம்பித்தன. தரைப்படை, கப்பற்படை, விமானப்படை, கோஸ்டல் கார்டு, பி.எஸ்.எஃப்., தில்லி போலீஸ், என்.சி.சி. எல்லோரும் அவரவர் வாத்தியக் குழுவுடன் அழகாய், விறைப்பாய் வரிசைகளில் வந்து கண்ணைக் கவர்ந்தனர். ஏதாவது அணி வகுப்பை நடத்திச் செல்பவர் ஓர் தமிழ்ப் பெயராய் இருந்ததால் மனம் இன்னும் சந்தோஷமாய் கைதட்டுகிறது.

சம்பந்தமாய் பரதநாட்டியம், கரகாட்டம் குறைந்த பட்சம் ஒரு விக்கிரகம், குருக்களுடன் இருந்திருக்கலாம். புதிய திட்டமான அன்னதானம் கூட இடம் பெற்றிருக்கலாம். அதிலும் தமிழர் குடியரசுத் தலைவராய் இருக்கும் போது தான் ஜொலிப்பிருக்க வேண்டாமோ! நல்லவேளை, நம்ம முதல்வர் அவர்கள் இதை நேரில் பார்க்கவில்லை. வருத்தப் பட்டிருப்பார்)

வெங்கீசுவரர் வேறு. அவர்கள் வாயில் நுழைய மிகவும் கஷ்டப்பட்டார்.

குழந்தைகள் எல்லோர் மனதையும் கொள்ளை அடித்தனர். குறைந்தது 8 கி.மீ. தூரம் நடக்க வேண்டும். ஐந்து மணிக் குளிரில் மேக்-அப் போட்டு விடுவார்கள். அதிலும் அன்று பத்து மணிக்கெல்லாம் அதிசயமாய், சுள்ளென்று சூரியன் கூட, குழந்தைகள் நிகழ்ச்சிகளைப் பார்க்க ஓடி வந்து விட்டான். ஒரே நாளில் இரண்டு விதமான டெம்ப்ரேச்சருடன், சலிக்காமல் நடந்து வந்து, கலர் கலர்



• கதவுகள் கூட தாழ்ப்பாள் போட்டு மூடப்பட்டிருந்தன

நம்மிடம் இருக்கும் அஸ்திர சாஸ்திரங்களின் அணிவரிசையில் அக்னி, ப்ரிதிவி, அதிலும் பிரமாஸ்திரம் எனச் சொல்லப்படும் 'பிரஹ்-மாஸ்' வரும் போது கைத்தட்டல் காதைப் பிளந்தது. பாதுகாப்புச் சமாசாரங்கள் பிரமிக்க வைத்தன.

அரசுத் துறைகள், மாநிலங்கள், அவரவர் செயல்பாடுகள், பாரம்பரியக் கலைகளுடன் பவனி வர ஆரம்பித்தன. ஆந்திரா அரசாங்கம் பெரிய கம்ப்யூட்டர் அமைத்திருந்தது. எத்தனை மாநிலங்கள்? கலைகள், வேலைப்பாடுகள், சிறப்பு வேலைப்பாடுகள்... வட மாநிலங்கள் கொள்ளை கொண்டன. அதிலும் பீகார் கூட, 'புத்தம், சரணம், கச்சாமி' என்று புத்தரை வைத்து நல்லபெயர் (இதிலாவது) வாங்கினார்கள். தமிழ்நாடு அறிவிக்கப்பட்டவுடன் ஆவலாய்ப் பார்த்துச் சிறிது ஏமாந்தோம். வெங்கீசுவரர் கோவில் - விமானம், கதவுகள் மூடியபடி, ஆளே இல்லாமல், சத்தமில்லாமல் நகர்ந்து சென்றது. (கோவில்

உடைகளுடன், அழகாய் நடனம் ஆடி மனம் கவர்ந்தார்கள். நேருஜிக்கு அடுத்து நமது குடியரசுத் தலைவர், குழந்தைகளை மிகவும் கவர்ந்துள்ளார் என்பது வெட்ட வெளிச்சமாயிற்று.

ஆச்சு. எல்லாம் முடிந்து குடியரசுத் தலைவர் கிளம்பிய பிறகுதான் நாம் கிளம்பணும். அவருடைய சிறப்புக் காரில் சிரித்தபடியே கையசைத்துக் கொண்டே வந்தார். குழந்தைகள் வரிசையில் ஒரு பட்டுப் பாவாடை சிறுமியைக் கண்டதும், புருவம் உயர்த்தி வியப்புடன் கையசைத்தது ரம்மியமாய் இருந்தது. பிரதமரும் பின்னால் கையசைத்துக் கொண்டு செல்ல, வெயில் வந்ததால் ஸ்வெட்டரை எல்லாம் கழற்றி இடுப்பில் கட்டிக் கொண்டு வீடு வந்து சேர்ந்தோம். நேரில் பார்க்கும் அனுபவம் யாருக்குக் கிடைத்தாலும் 'மிஸ்' செய்து விடாதீர்கள் ப்ளீஸ்.

— டெல்லியிலிருந்து சாரதா கணேஷ்



ஆந்திர செஸ் வீராங்கனை கோனேரு ஹம்பியின் சாதனைப் பட்டியல் :

1997 - 10 வயதுக்குட்பட்டவர்களின் உலக சாம்பியன் (பிரான்ஸ்)

1998 - 12 வயதுக்குட்பட்டவர்களின் உலக சாம்பியன் (ஸ்பெயின்)

2000 - 14 வயதுக்குட்பட்டவர்களின் உலக சாம்பியன் (ஸ்பெயின்)

2001 - உலக ஜூனியர் பெண்களின் சாம்பியன் (கிரீஸ்)

2001 - மகளிர் கிராண்ட் மாஸ்டர் பட்டம் (உலகின் தலைசிறந்த நிபுணர்களோடு போட்டியிட்டு குறிப்பிட்ட அளவுக்கு மேல் பாய்ண்ட்களை வெல்ல முடிந்தால் மட்டுமே வழங்கப்படுவது கிராண்ட் மாஸ்டர் பட்டம்)

2002 - ஆடவர் சாம்பியன்களோடும் போட்டியிட்டு பதினைந்தே வயதில் பொது கிராண்ட் மாஸ்டர் பட்டம் வென்ற சரித்திரத்தின் மிக இளம் வயதுப் பெண் என்ற சாதனை.

பாராட்டு விழாவுக்குத் தலைமை வகித்த முதல்வர் சந்திரபாபு நாயுடு கூறியது :



முதல்வர் அழைப்பை மறுத்த வீராங்கனை

"அவரை என் குடும்பத்தோடு விருந்து உண்ண அழைத்தேன். 'என் கவனம் முழுவதும் தற்போது நடைபெறும் போட்டியில் உள்ளது. எனவே, உங்கள் அழைப்பை ஏற்க முடியாததற்கு மன்னிக்கவும்' என்று பதில் தெரிவித்து விட்டார். அது பற்றி நான் வருத்தப்படவே இல்லை.

அர்ஜுனனின் நோக்கில் கிளியின் கண் மட்டுமே தெரிந்தது போல், அவருக்குத் தன் துறை விளையாட்டின் மீது உள்ள ஈடுபாட்டைக் கண்டு பெருமிதமே அடைகிறேன்."

கோனேருவின் வெற்றி ரகசியம் புரிகிறதல்லவா?

— அ. ஷண்முகசுந்தரம்

"முருகன்" என்னும் வாழ்த்தொலி எங்கும் முழங்கட்டும்!

ஆறுபடைவீடுகளில் முதன்மை பெற்றுத் திகழும் பழனியில் பங்குனி உத்திரத்தன்று (18.3.2003)

முருகனடியார்களுக்கு அன்னதானத் தொண்டில் ஈடுபட வாய்ப்பு!

பேரன்புடையீர்! வணக்கம். ஸ்ரீ ஞானதண்டாயுதபாணிப் பெருமான் தங்களுக்கு அனைத்து நலன்களையும் தந்தருளப் பிரார்த்திக்கிறோம்.

கலியுக வரதனும், கண்கண்ட தெய்வமுமான முருகப்பெருமான் குடிகொண்டுள்ள ஆறுபடை வீடுகளில் முதன்மை பெற்றுத் திகழ்வது பழனி ஆகும். இப்பழனி 'திருவாவினன்குடி' என நக்கீரரால் அழைக்கப்பட்ட திருத்தலம். அடிவாரத்தில் குழந்தை வேலாயுதசுவாமியாகவும், மலைமேல் தண்டாணித் தெய்வமாகவும் திகழ்ந்து, தனக்கென்றும் வேண்டா ஆண்டிக்கோலத்தில் தன்னை நாடி வருவோர்க்கெல்லாம் முருகப்பெருமான் நல்லருள் புரிந்து வருகின்றான். இத்திருத்தலத்தில் நவபாஷாணத்தில் போகர் முனிவரால் உருவாக்கப்பட்ட திருமுருகனுக்கு சகல வியாதிகளையும் போக்கும் பேராற்றல் இருப்பது உலகோர் உணர்ந்த உண்மை.

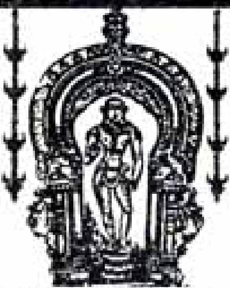
தெய்வப்பழனியில் முருகப்பெருமான் பக்தர்களுக்கு "ஸ்ரீ அன்னபூரணி அன்னதான சேவா டிரஸ்ட்" என்ற தனி அமைப்பின் மூலம் கிரிவலப்பாதையில் அமைந்துள்ள ஸ்ரீ வனதுர்க்கை அம்மன் திருக்கோயில் எதிரில் பங்குனி உத்திரத்தன்று அன்னதானத் திருப்பணி நடக்கவிருக்கிறது. அரிய இத்திருப்பணியில் முருகபக்தர்கள் பங்கேற்று தாங்கள் எதை நினைத்து அன்னதானம் செய்ய விரும்புகிறீர்கள் என்பதை தெரிவித்தால் அதன்படி பழனியில் உங்களுக்காக பங்குனி உத்திரத்தன்று அன்னதானம் செய்கிறோம். அன்னதானத்திற்கு தங்களால் இயன்ற நன்கொடையை அனுப்பி அருள்சுரக்கும் அன்பு தெய்வம் ஸ்ரீ ஞானதண்டாயுதபாணியின் திருவருள் பெற்று பெருவாழ்வு வாழவேண்டி அன்போடு அழைக்கிறோம்!

- ★ தாங்கள் அளிக்கும் நன்கொடை எவ்வளவு சிறியதாக இருந்தாலும் அன்புடன் ஏற்றுக்கொள்ளப்படும்.
- ★ ரூ.500/ - அனுப்பும் ஆன்மிக அன்பர்களுக்கு, 'ஆன்மீகம்' மாத இதழ் ஒரு ஆண்டிற்கு அனுப்பி வைக்கப்படும்.
- ★ ரூ.1000/ - அனுப்பும் ஆன்மிக அன்பர்களுக்கு, 'ஆன்மீகம்' மாத இதழ் இரண்டு ஆண்டுகளுக்கு அனுப்பி வைக்கப்படும்.
- ★ ரூ.5000/ - அனுப்பும் ஆன்மிக அன்பர்களுக்கு, 'ஆன்மீகம்' மாத இதழ் பத்து ஆண்டுகளுக்கு அனுப்பி வைக்கப்படும்.

ரூ.500, ரூ.1000, ரூ.5000 அனுப்பும் முருகபக்தர்களுக்கு பழனியில் பூஜிக்கப்பட்ட ஸ்ரீ ஞானதண்டாயுதபாணி வெள்ளி டாலரும், பிரசாதமும், வண்ணப்படமும், சிறிய அளவில் கந்தர் சஷ்டி கவசம் புத்தகமும் அனுப்பி வைக்கப்படும்.

ரூ.5000/- அனுப்பும் ஆன்மீக அன்பர்களுக்கு ஒவ்வொரு வருடமும் பழனியில் பங்குனி உத்திரத்தன்று அன்னதானம் செய்து தொடர்ந்து பத்து ஆண்டுகளுக்கு 'ஆன்மீகம்' மாத இதழ் தங்களுக்கு அனுப்பி வைக்கப்படும். மேலும் தாங்கள் விரும்பும்போது சந்ததியினரின் முகவரிக்கும் மாற்றம் செய்து தருகிறோம். ஆன்மீக அன்பர்கள் ஒவ்வொருரின் பூஜை அறையும் புனிதம் பெறவேண்டும் என்ற இறைசிந்தனையோடு ரூ.5000 செலுத்துபவர்களுக்கு 1024 பக்கங்களுடன் கூடிய பெரிய அளவில் உள்ள அருணகிரிநாதர் அருளிச்செய்த "திருப்புகழ்" நூலை அனுப்பி வைக்கிறோம்.

நன்கொடை அனுப்பும் முருகபக்தர்கள் (Sri Annapoorani Annadhana Seva Trust, Chennai - 4) என்ற பெயரில் Cheque/D.D/M.O மூலம் கீழ்க்கண்ட முகவரிக்கு அனுப்பி ஸ்ரீ ஞானதண்டாயுதபாணியின் பேரருளைப் பெற அன்புடன் வேண்டுகிறோம்.


பழனி ஆண்டவர் - உற்சவர்

நன்கொடைகளுக்கு 80 G பிரிவின்படி வரிவிலக்கு உண்டு.

Cheque / D.D / M.O அனுப்ப வேண்டிய முகவரி :

ஸ்ரீ அன்னபூரணி அன்னதான சேவா டிரஸ்ட்

SRI ANNAPOORANI ANNADHANA SEVA TRUST (Regd.)

68, Nadu Street, Mylapore, Chennai - 600 004.

Tel : 24959302 Fax : (044) 7102308 E-mail: siva siva@vsnl.net

பழனி ஆண்டவன் நல்லருள் பெற்று உய்வோமாக!







எனக்கு நானே மகாராணி!

"பெண்கள் தங்களை எந்த அளவு சுமைதாங்கிகளாக எண்ணிக் கொள்கிறார்களோ, அந்த அளவு படிக்கற்களும் கூடத் தடைக்கற்களாக தோற்றமளிக்கும்" என்று அழுத்தம் திருத்தமாகச் சொல்கிறார் சித்ரா வைத்தீஸ்வரன்.

'சோஷியாலஜி' மற்றும் 'மாஸ் கம்யுனிகேஷன்' ஆகிய துறைகளில் உயர்கல்வி பயின்றவர் இவர். பெண்களுக்கு ஆளுமையை வளர்க்கும் வகுப்புகளை நம் நாட்டிலும், அயல்நாடுகளிலும் எடுத்து வருகிறார். அவர் கூறுகிறார்...

"ஒவ்வொரு பெண்ணுக்குள்ளும் ஏதாவது ஒரு தனித்திறமை நிச்சயம் உண்டு. அவள்தான் உணர முடி[illegible]

வேண்டும். பெரும்பாலும் அவளால் தாங்க முடியாத கஷ்டங்கள் ஏற்படும் போது, அல்லது பிரச்னைகள் அவளைச் சூழும் போதுதான் அவளையும் மீறி அவளுள் அடைபட்டுள்ள சக்தி வெளிப்படும் - எல்லோரும் அவளை இனம் காண முடியும்.

சக்தியை ஊக்கப்படுத்தவும், அவள் திறமைகளை வெளிக்கொணரவும் பெற்றோர்களும், சுற்றியுள்ள மற்றவர்களும் உதவினால் அவள் திறமைகள் வெளிவருகின்றன, அவளும் மதிக்கப்படுகிறாள்.

மூளையை - அதன் செயல்பாட்டை மிகச் சிறிய அளவில்தான் பயன்படுத்துகிறோம் என்பது போல, பெண்களில் அதிக பட்சம் பேர் தங்கள் திறனை உணர்வதுமில்லை - பயன்படுத்துவதுமில்லை. அப்படியே உணர்ந்து கொண்டாலும், ஏதாவது சாக்குப்போக்குச் சொல்லி விடுகின்றனர். தங்களின் வாழ்க்கையில் ஏற்படும் தோல்விகளுக்கு அடுத்தவர்களைக் காரணம் காட்டிக் குற்றம் சொல்வது, இங்கு அதிகமாக உள்ள ஒன்று.

உறவுகளை எதிர்த்து வெளியே வந்துதான் சாதிக்க வேண்டும் என்பதில்லை.

இதை நிச்சயம் உணர வேண்டும். நீறுபூத்த நெருப்பாக உள்ளேயே இருக்கும் ஆசை - தங்கள் திறமைகள் அங்கீகரிக்கப்பட வேண்டுமென்ற ஆசை, எப்போதாவது சமயம் கிடைக்கும் போது வெளியே வரத்தான் செய்கிறது.



சாதனைகள் புரிய, தங்கள் திறமைகளை வெளிப்படுத்த, வயது ஒரு தடையே அல்ல. முதல் தடை நம்முடைய சோம்பேறித்தனம்தான். வாழ்க்கையை அப்படியே ஏற்றுக் கொண்டு அடுத்தவர்களின் மீது பழி போடுவதால் என்ன பயன்?

தன்னை முன்னிறுத்திக் கொள்ளும் திறன் இருந்தால் சாதனைகள் புரிவதில் என்ன தடை? விடாமுயற்சியுடன் வாய்ப்புகளை எதிர்நோக்கி காத்திருத்தலும், திறமையை விட அதிகமான உழைப்பும் இருந்தால், ஏன் வெற்றிப் படிகளில் ஏற முடியாது?

16 வயதான ஒரு இளம்பெண்ணை அவள் பள்ளியிறுதி வகுப்புத் தேறியவுடன் ஒரு சமையல்காரருக்குத் திருமணம் செய்து வைத்து விட்டனர். குடும்ப வாழ்க்கையிலிருந்து கொண்டே பி.ஏ., எம்.ஏ. முடித்து பின்பு முனைவர் பட்டமும் பெற்றாள் அவள். இடையில் மூன்று குழந்தைகளும் பிறந்தன. இன்று டெல்லியில் ஒரு கல்லூரியில் பேராசிரியையாகப் பணிபுரிகிறாள். கணவர் இன்றும் சமையல் வேலைதான் செய்கிறார். அவள் குழந்தைகளும் இன்று படித்து முடித்து, வேலையில் சேர்ந்து திருமணம் முடித்து, வாழ்க்கையில் செட்டிலாகி விட்டனர்.



ஆஸ்திரேலியாவைச் சேர்ந்த பெண்மணி ஒருவர், அவருக்கு வாழ்க்கையே பிரச்னையாகி விட்ட நிலை. இரண்டு முறை விவாகரத்து பெற்ற அவள், மூன்றாவது முறை திருமணம் செய்து கொண்டார். கடவுள் அருளால் இந்த முறை நல்லதொரு கணவரும், நல்ல வாழ்க்கையும் கிடைத்தது. ஆனால் அதை எண்ணி மகிழு முன்பு...? அவர் கணவர் ஒரு விபத்தில் இறந்து போனார். மூன்று குழந்தைகள் அந்தப் பெண்மணிக்கு. ஒரு பெண் மூளை வளர்ச்சியில்லாதவள். ஒரு மகன் போதைப் பழக்கத்திற்கு அடிமையானவன். நன்றாக இருந்த இன்னொரு பையன் ஒரு விபத்தில் இறந்து போய் விட்டான்.

இப்படி ஓயாத பிரச்னைகளுக்கிடையேயும் என்றும் புன்னகை மாறாமல், ஏதாவது ஒரு கோர்ஸ் படித்துக் கொண்டேயிருப்பார் அந்தப் பெண்மணி. நான் நடத்திய கோர்ஸ் ஒன்றில் சேர வந்த போது அவரைப் பார்த்தேன். இவ்வளவு துன்பங்களுக்கிடையேயும் அவர் சிரிப்பு மாறாமல் வாழ்வதையும், ஓயாமல் ஏதாவது ஒன்றைப் படிப்பதையும் பார்த்து வியந்துதான் போனேன். நான் இதை வாய் விட்டுக் கேட்ட போது,

''அந்தந்த நாட்களை அன்றே அனுபவித்து விடுகிறேன். நாளையைப் பற்றி நினைப்பதில்லை'' என்பார். இருபது வருடங்களுக்குப் பிறகும் அவர் முகம் மறக்கவில்லை.

இந்தோனேஷியாவில் நான் சந்தித்த இளம்பெண் சத்தியாயினி. வீட்டு வேலை

செய்யும் பெண்மணி இவள். காலை 6 மணி முதல் இரவு 10 மணி வரை ஓயாமல் வேலையிருக்கும். என் தோழியின் வீட்டில் தங்கியிருந்த போதுதான் நான் இவளைச் சந்தித்தேன். ஒருமுறை என் தோழி வீட்டிலில்லாத போது அவளிடம், "இப்படி ஓயாமல் வேலை செய்கிறாயே? உனக்கு போரடிக்கவில்லையா? மேடம் திட்டும் போது தப்பாக எடுத்துக் கொள்ளாதே" என்றேன்.

"நான் மேடம் திட்டுவதை எப்போதுமே தவறாக எடுத்துக் கொள்ள மாட்டேன். நான் செய்கிற வேலை எதுவுமே எனக்கு போரடிக்காது. என்னைப் பொறுத்தவரை என்னை நான் ராணியாக நினைத்துக் கொள்வேன். என் கால்களும், கைகளும் என் அடிமைகள் என்பது என் எண்ணம். செய்யும் வேலையில் வேகம் குறைந்தால் 'வேகமாகச் செய்ய வேண்டுமென்றும்' நடக்கும் வேகம் குறைந்தால் 'வேகமாக ஓடு, வேகமாக ஓடு' என்றும் எனக்கு நானே கட்டளையிட்டுக் கொள்வேன்.

"எனக்கு நானே முதலாளி. மேடம் எனக்கு நிறையப் பணம் தருகிறார்கள். விரைவில் திருமணம் செய்து கொள்ளப் போகும் எனக்கு, வருமானமும் நிறைய வேண்டுமே! ஓயாமல் வேலை செய்தாலும் சம்பளத்தைக் கைகளில் வாங்கும் போது அலுப்பும், சலிப்பும் மறந்து போகாதா?"

என்று மலர்ச்சியாகக் கொச்சையான ஆங்கிலத்தில் சிரித்தபடி கூறினாள் அவள். அவளுடைய நேர்மை, அவளுடைய இலக்கை அடைய அவள் கடைபிடிக்கும் வழி, உண்மையை அவள் ஏற்கும் விதம், அந்த மனப்பாங்கு, இவற்றை எண்ணிப் பார்த்து வியந்தேன்.

பல பெண்கள் தங்களை எப்போதுமே சுமைதாங்கிகளாக நினைக்கிறார்களே! இந்தப் பெண்ணைப் போலத் தங்களை மகாராணிகளாக வைத்துக் கொண்டால், வெற்றி ஓடி வராதோ!

பேட்டி : **வைதேகி தேசிகன்**

வெற்றிப் படி எட்டத் தாண்டியவர்



படிப்பது 8-ஆம் வகுப்பு. காலை ப்ரேயர் முடிந்தவுடன் மைக்கில் அறிவிப்பு. மாத இறுதியில் திருக்குறள் சம்பந்தமாய் கட்டுரைப் போட்டி. மகிழ்ச்சியாய் வீட்டிற்குள் ஓடி, புத்தகப் பையை அலமாரியில் வைத்து விட்டு அப்பாவிடம் சொல்கிறேன். 'சரி எழுதலாம்' என்றார். அதுவரை எல்லாப் போட்டிகளுக்கும் அவர்தான் எழுதித் தருவார். பரிசுகளை அள்ளி வருவேன். பத்து நாட்கள் சென்று விட்டது. இன்னும் மூன்றே நாட்கள்தான் பாக்கி.

"அப்பா எழுதி விட்டீர்களா?" எனக் கேட்டேன்.

"உன் தொல்லையே பெரிசு. எனக்கு எத்தனையோ டென்ஷன். வளர்ந்துட்டேல்ல போ, போய் நீயா எழுதிக்க" என்றார்.

கண்ணுக்குள் நீர் திரண்டது. ரூமுக்குள் ஓடி விட்டேன். அப்பாவிடம் கோபம், அன்றுதான் முதன் முறையாய் பார்த்தது. அழுது முடித்தபின் மனதில் ஒரு வைராக்கியம். அடுத்த நாள் நேரே பள்ளி நூலகத்திற்குச் செல்கிறேன். ஆசிரியர், "ஒரே ஒரு புத்தகம்தான் வீட்டிற்குத் தருவேன். மற்றவற்றை வேண்டுமானால் உட்கார்ந்து இங்கே பார்" என்றார். ஒரே கோபம், அழுகை, குழப்பம். இத்தனையும் தாண்டி வைராக்கியம். நூலகத்தில் அமர்ந்து எல்லாப் புத்தகங்களையும் புரட்டிக் குறிப்புகளை எடுத்துக் கொண்டு வந்தேன். அப்பாவிடம் பேசவே இல்லை. அடுத்த நாள் காலை அனைத்தையும் திரட்டிக் கட்டுரை எழுதினால், ஆறு பக்கத்திற்கு வந்தது. பின் அதை மீண்டும் சுருக்கி எழுதி முடித்த போது மனதிற்குள் ஒரு வெற்றிக் களிப்பு. மீண்டும் மீண்டும் எழுதிப் பார்த்ததில் தெளிவான கையெழுத்தில், எழுத்துப் பிழையின்றி, குறித்த நேரத்தில் கட்டுரையை முடித்தேன்.



இரண்டு நாட்கள் கழித்து நான் வகுப்பறையில் இருந்த போது ஒரு மாணவி வந்து தமிழாசிரியர் அழைப்பதாய்ச் சொன்னார். சென்றேன்.

"கட்டுரைப் போட்டியில் முதல் பரிசு உனக்குத்தான். நன்றாய் இருந்தது. எழுத்தும் தெளிவாய் இருந்தது. இனி தமிழ் சம்பந்தமாய் மாநில அளவிலான போட்டிகளுக்குச் சென்று வெற்றி பெற்று, பள்ளிக்கு நீ பெருமை சேர்க்க வேண்டும்" என்றார்.

மணி அடித்தவுடன், நான் நடக்கவில்லை பறந்தேன். புயலாய் வீட்டிற்குள் நுழைந்தேன். அப்பாவிடம் ஓடிப் போய் விஷயத்தைச் சொல்லி விட்டு, "என்னாலும் சாதிக்க முடியுமப்பா. இனி உங்களைத் தொல்லை செய்ய மாட்டேன்" என்றேன். அப்பா என்னை கட்டிக் கொண்டு,

"சௌம்யா, இதை எதிர்பார்த்தேன்" என்றார். பின், "சௌமி, நான் ஒரு ஆசிரியன். உன்னுள் திறமை உண்டு. அதைத்

தூண்ட ஆசைப்பட்டேன். அதனால்தான் அப்படிச் செய்தேன்" என்றார்.

"அப்பா, இதை அன்பாய்ச் சொல்லி இருக்கலாம். ஏன் என்னைத் திட்டி அழ வைத்தீர்கள்?" என்றேன்.

"அன்பாய்ச் சொல்லியிருந்தால் "அப்பா ப்ளீஸ், பாயிண்ட் சொல்லுங்க, டெவலப் பண்ணிக்கிறேன்"னு சொல்லுவ. "அப்பா கட்டுரை எழுதிட்டேன், ரைமிங் வேர்ட்ஸ் இருக்கா? கொஞ்சம் கிரிஸ்ப்பா மாத்திக் குடுங்க" என்றெல்லாம் சொல்வாய். என் கருத்துக்கள் கலக்கும் நான் கோபப்பட்டதால் அந்தப் போட்டி முடியும் வரை அது குறித்து நீ மூச்சே விடவில்லை. அதோடு நூலகம் செல்லக் கற்றுக் கொண்டாய். ஒரு எழுத்து கூட என் கற்பனைக் கலப்பின்றி உன் முயற்சியில் நீ பெற்ற பரிசு"

எனக் கூறி வாழ்த்தி எனக்கு அவர் ஒரு வாட்ச் பரிசளித்தார். "ஒருவேளை நான் தோற்றிருந்தால்?" இது என் வினா. 'உழைப்பு வெல்லும் மகளே, உறுதி. அதையும் தாண்டித் தோற்றிருந்தால் நீ வந்து அழுவாய். 'அப்பா நீ எழுதிக் கொடுக்காமல் தோற்று விட்டேன் என்று புலம்புவாய்' அப்போது தட்டிக் கொடுத்து உன்னை உற்சாகப்படுத்துவேன்" என்றார்.

பிறகு என் எழுத்துத் திறமையை வளர்த்துக் கொண்டேன். நூலகம் தவறாமல் சென்று படிக்கும் ஆர்வத்தை வளர்த்துக் கொண்டேன். அதன் பின் எத்தனை பரிசுகள் வாங்கினாலும், அந்தச் சான்றிதழைப் பார்க்கும் போதெல்லாம் அப்பாதான் தெரிவார். இன்று நிறையப் படிக்கிறேன். படிப்பதால் தன்னம்பிக்கையும், சந்தோஷமும் உள்ள பெண்ணாக இருக்கிறேன்.

— சௌம்யா சுந்தர்

நியூஸ் சாலட்



• விண்ணில் மறைந்த வீரர்கள்

❖ நம் நாட்டின் முதல் பெண் ஐ.பி.எஸ். அதிகாரியான கிரண்பேடி (53) ஐ.நா. அமைதிக் காப்புத் துறையில் சிவிலியன் போலீஸ் ஆலோசகராக நியமிக்கப்பட்டுள்ளார். இந்த நியமனத்தை ஐ.நா. பொதுச் செயலர் கோஃபி அன்னான் செய்துள்ளார். கௌரவமிக்க இந்த ஐ.நா. பதவியை வகிக்கும் முதல் இந்தியர் மட்டுமல்ல கிரண்பேடி, முதல் பெண்ணும் இவர்தான் என்பது நமக்கெல்லாம் பெருமைதானே!



• செரீனா

❖ இரத்தம் உறைவதைத் தடுக்கக்கூடிய சக்தி மிக்க புதிய மருந்தைக் கண்டுபிடித்துச் சாதனை புரிந்துள்ளார், அமெரிக்காவில் வாழும் இந்திய விஞ்ஞானியும் பேராசிரியருமான ராம்சசிசேகரன்.

அமெரிக்காவின் மாசூசெட்ஸ் தொழில் நுட்ப நிறுவனத்தின் உயிரியல் ஆராய்ச்சிப் பிரிவில் இணைப் பேராசிரியராகப் பணியாற்றுகிறார் சசிசேகரன். அறுவை சிகிச்சையின் பொழுது இரத்தக் குழாய்களில் இரத்தம் உறைந்தால், பக்க வாதப் பாதிப்பு, இதயப் பாதிப்பு போன்றவை ஏற்படும் ஆபத்து உண்டு. அவ்வாறு அறுவை சிகிச்சையின் போது குழாய்களில் இரத்தம் உறைவதைத் தடுக்கக்கூடியது இவர் கண்டுபிடித்துள்ள மருந்து.



• கலாம்

இதற்கு தற்பொழுது பயன்படுத்தப்படும் வழக்கமான ஹெபரின் என்னும் மருந்துக்கு மாற்றாக, சசிசேகரனின் கண்டுபிடிப்பு அமையக்கூடும். எனவே அதன் சந்தை தேவையின் மதிப்பு ரூ. 10,000 கோடியிலிருந்து ரூ. 15,000 கோடி வரை இருக்கும் என மதிப்பிடப் பட்டுள்ளது.



• விம்பிள்டன், மார்டினா

• அகஸி

❖ எட்டாவது உலகக் கோப்பை கிரிக்கெட் போட்டிகள் விறுவிறுப்பாக நடைபெற்று வருகின்றன. மொத்தம் 14 நாடுகள் இதில் பங்கேற்

கின்றன. தென் ஆப்ரிக்கா, ஜிம்பாவே மற்றும் கென்யா ஆகிய மூன்று நாடுகள் இணைந்து போட்டியை நடத்துகின்றன. இந்திய அணி இதுவரை சந்தித்த மூன்று போட்டிகளில் இரண்டில் வெற்றி பெற்றுள்ளது. இருப்பினும் ரன் ரேடில் குறைந்த மதிப் பெண்கள்தான் கிடைத்துள்ளது. ஆகவே, 'ஸூப்பர் ஸிக்ஸில்' இந்திய அணி இடம் பெறுமா என்பது, இனி சந்திக்கவிருக்கும் மூன்று போட்டிகளிலும் அதற்கு கிடைக்கும் வெற்றியைப் பொறுத்தே அமையும்.

❖ கம்ப்யூட்டர் முன்பு அமர்ந்து நீண்ட நேரம் பணியாற்றுவோருக்கு, ரத்தம் உறைந்து கட்டியாகி விடும் ஆபத்து உள்ளதாக நியூஸி லாந்து மருத்துவ ஆராய்ச்சி நிலையத்தின் இயக்குநர் ரிச்சர்ட் பீஸ்லி மற்றும் அவரது தலைமையிலான ஆய்வுக் குழுவினர், ஒரு மருத்துவ ஆய்வுப் பத்திரிகையில் கட்டுரை வெளியிட்டுள்ளனர்.

தினமும் 18 மணி நேரம் கம்ப்யூட்டர் முன்பு அமர்ந்து பணி யாற்றிய 32 வயது நபர் ஒருவரின் காலில் ரத்தக் குழாயில் ரத்தம் உறைந்து, பின்னர் நுரையீரலில் உள்ள ரத்தக் குழாயிலும் ரத்தம் உறைந்தது. அவர் தீவிர சிகிச்சைக்குப் பிறகு உயிர் பிழைத்தார்.

• கிரண்பேடி

தொகுப்பு : **சியாமளா ராஜகோபால்**

❖ விண்வெளி ஆராய்ச்சிக்காக கொலம்பியா விண்கலத்தை அமெரிக்க நாசா மையம் அனுப்பியது. 16 நாட்கள் சோதனைகளை முடித்துக் கொண்டு பூமிக்குத் திரும்பிய விண்கலம் வெடித்துச் சிதறியதில் அமெரிக்கப் பிரஜையான இந்திய விண்வெளி வீராங்கனை 'கல்பனா சாவ்லா' உள்பட ஏழு விண்வெளி வீரர்கள் பலியாயினர்.

❖ 2002ன் காந்தி அமைதிப் பரிசு 'பாரதிய வித்யா பவன்' அமைப்பிற்குக் கிடைத்துள்ளது. காந்திஜியின் அஹிம்ஸா வழியில் மக்களிடையே அமைதியைப் பரப்பியதுடன், மத ஒற்றுமையையும் வழிநடத்திச் சென்றதால் இந்த விருதிற்குத் தேர்ந்தெடுக்கப் பட்டிருக்கிறது. பிரதமர், சோனியா காந்தி, முன்னாள் ஜனாதிபதி வெங்கட்ராமன், குஜ்ரால் மற்றும் உயர் தலைமை நீதிபதி வி.என். காரே அடங்கிய குழு இந்திய அமைப்புகளை ஆய்வு செய்து இவ் வருட விருதை பாரதிய வித்யா பவனுக்கு அளித்திருக்கிறது.



•பத்மா சுப்ரமணியம்

• ராஜம் ஐயர்

❖ சுதந்தர வீரர் மற்றும் சமூக சேவகரான 'சித்தா ராஜ் தத்தாவிற்கு' இவ்வருட பத்ம பூஷன் விருது அறிவிக்கப்பட்டது. ஆனால் அவர் இவ் விருதை வாங்க மறுத்திருக்கிறார். 'நாங்கள் கஷ்டப்பட்டு வாங்கிய சுதந்திர



• சௌந்தர்ராஜன்

• வைரமுத்து

• நல்லி குப்புசாமி

இந்தி யாவை திரும்பவும் தாராள மயமாக்குதல், உலக மயமாக்குதல் என்ற பெயரில் மேற்கு நாடு களுக்கு இன்றைய அரசியல்வாதிகள் விற்றுக் கொண்டிருக்கிறார்கள்' என்று எதிர்ப்பு தெரிவித்துள்ளார். அரசின் கொள்கையை எதிர்த்து மக்களிடையே குரல் கொடுத்து வருகிறார் இவர்.



பாகிஸ்தான் தூதரகத்தின் நான்கு அதிகாரிகள் உளவு சம்பந்தப்பட்ட விஷயத்தில் வெளியேற்றப்பட்டனர். இதற்கு உடன் பதிலடியாக இந்திய அதிகாரிகள் நான்கு பேரைப் பாகிஸ்தானிலிருந்து வெளியேற்றியது பாகிஸ்தான் அரசு.

❖ ஒடிஸி நடனக் கலைஞர் சோனால் மான்சிங், சரித்திர வல்லுநர் பால் ராம் நந்தா, ஆயுர்வேத மருத்துவர் பிரகஸ்பதி திரிகுணா போன்றோருக்குப் பத்ம விபூஷண் விருதும், தமிழ்நாட்டு கர்நாடக இசைக் கலைஞர்கள் மதுரை கிருஷ்ணன், ராஜம் ஐயர், டி.வி. சங்கர நாராயணன், பரதக் கலைஞர் பத்மா சுப்ரமணியனுக்குப் பத்ம பூஷண் விருதும், கிரிக்கெட் அம்பயர் வெங்கட ராமன், நல்லி குப்புசாமி, டி.எம். சௌந்தர்ராஜன், கவிஞர் வைரமுத்து, நடிகை சுகுமாரி போன்றோருக்குப் பத்மஸ்ரீ விருதும், இவ் வருடம் அறிவிக்கப்பட்டுள்ளன. வட இந்திய நடிகர்கள் அமீர்கான் மற்றும் டேனிக்குப் பத்மஸ்ரீ விருது அறிவிக்கப்பட்டுள்ளது.



• 2800 ஆண்டுகள் முந்தைய கல்வெட்டு!

❖ பாகிஸ்தானில் உள்ள இந்திய தூதரகத்தில் வேலை பார்த்து வரும் கமிஷனர் 'சுதிர் வியாஸை' பாகிஸ்தான் போலீஸ் மற்றும் பாகிஸ்தான் உளவுத்துறை அதிகாரிகள், போகுமிடமெல்லாம் தடுத்து துன்புறுத்தி வந்ததை எதிர்த்துக் குரல்கொடுத்தது இந்திய அரசு. ஒரு பொறுப்புள்ள அதிகாரியை இதுபோல நடத்துவது இந்தியாவிற்கு அவமானம் என்று கண்டனம் தெரிவித்தது. துன்புறுத்தல் தொடரவே,

❖ ஆஸ்திரேலியா ஓபன் டென்னிஸ் மாற்று இரட்டையர் ஆட்டத்தில், இந்தியாவின் லியாண்டர் பயஸ் மற்றும் அமெரிக்காவைச் சேர்ந்த மார்டினா நவ்ரத்திலோவா இருவரும் ஆஸ்திரேலியாவின் வுட்பிரிட்ஜ் மற்றும் எலினையைத் தோற்கடித்து மகுடத்தைக் கைப்பற்றினர். 46 வயதில் ஆஸ்திரேலியாவின் கிராண்ட்ஸ்லாம் பட்டத்தை வென்ற வயதான பெண்மணி என்ற பெருமையையும் சேர்த்துக் கொண்டுள்ளார் மார்டினா நவ்ரத்திலோவா. இவருக்கு இது 57வது கிராண்ட்ஸ்லாம் வெற்றி. பயஸுக்கு ஐந்தாவது வெற்றி.

❖ ஆஸ்திரேலியாவில் நடந்த கிரிக்கெட் தொடரில் இலங்கைக்கு எதிராக ஆஸ்திரேலியா விளையாடிய போது, ஆஸ்திரேலியா வீரர் 'லேமன்' ரன் அவுட் ஆனார். இதை ஏற்றுக் கொள்ள மறுத்த லேமன் இலங்கை வீரர்களைப் பார்த்து கறுப்பர்கள் என்று கோபமாகக் கத்தி விட்டுச் சென்றாராம். பின்னால் மனம் வருத்தமடைந்து மன்னிப்பும் கோரினாராம். ஆனால் ஐ.சி.சி. நடுவர்கள் விசாரணை நடத்தி, லேமன் விமர்சித்தது கடும் தண்டனைக்குரியது என்று கூறி, இனி வரும் ஐந்து ஒருநாள் போட்டிகளில் விளையாடத் தடைவிதித்து விட்டது.

• கம்ப்யூட்டர் பணியால் ஆபத்து



❖ ஆஸ்திரேலியா ஓபன் டென்னிஸ் ஒற்றையர் ஆண்கள் இறுதி ஆட்டத்தில், அமெரிக்காவைச் சேர்ந்த ஆன்றி அகஸி ஜெர்மனியைச் சேர்ந்த ரெய்னர்ஷ்செட்டியரை வென்று, நான்காவது கிராண்ட்ஸ்லாம் வெற்றியைக் கைப்பற்றினார்.



• இந்திய அணி

❖ ஆஸ்திரேலியா ஓபன் டென்னிஸ் பெண்கள் இறுதிப் போட்டியில் எப்போதும் போல் அமெரிக்க சகோதரிகள் போட்டியிட்டு செரினா வில்லியம்ஸ் மகுடத்தைக் கைப்பற்றினார். நான்கு கிராண்ட் ஸ்லாம் வெற்றியைத் தொடர்ச்சியாகக் கைப்பற்றிய ஐந்தாவது வீராங்கனை செரினா. இரட்டையர் போட்டியிலும் சகோதரிகளே வெற்றி பெற்றனர்.

❖ இஸ்ரேல் தொல்பொருள் ஆராய்ச்சியாளர்கள், ஜெருஸலத்தில் உள்ள ராஜா சாலமன் காலத்து யூதர்கள் கோவிலைப் புனர்நிர்மாணம் செய்யும் போது 2800 ஆண்டுகளுக்கு முன் அங்கே ஆண்டு வந்த ராஜா ஜோயாஷைப் பற்றி எழுதியுள்ள ஒரு மன கல்வெட்டைக் கண்டுபிடித்துள்ளனர். இதில் விவரித்துள்ள ராஜாக்களைப் பற்றி பைபிளிலும் உள்ளதாம். ஏற்கெனவே ஜெருசலத்திற்காக முஸ்லீம் மற்றும் கிருஸ்துவ மக்கள் சண்டையிட்டுக் கொண்டிருக்க, இப்போது யூத மதத்தினரும் சேர்ந்துள்ளனர். இந்தக் கல்வெட்டிலிருந்து அந்தக் கோவில் சாலமனின் கோவிலாக இருக்கலாம் என்றும், கி.மு. 586ல் பாபிலோனியர் இந்தக் கோவிலைச் சிதைத்ததால் புதையுண்டு போயிருக்கலாம் என்றும் ஆராய்ச்சியாளர்கள் சோதனையில் கண்டுபிடித்துள்ளனர்.

தொகுப்பு : **சியாமளா சுவாமிநாதன்.**

❖ ஜனாதிபதி அப்துல் கலாம் அந்தப் புத்தகத்தை வெளியிட்டதுதான் அழகு. ஆம், இந்தியாவின் அழகுக் கலை நிபுணர் ஷானாஸ் ஹுசேனின் லேட்டஸ்ட் புத்தகம் 'The Book of Absolute Beauty' ஐ ராஷ்ட்ரபதி பவனில் வெளியிட்டார். ஹெர்ஸ்டெயிலுக்குப் பெயர் போன இருவரும் இணைந்து நின்றதுதான் புத்தகத்தை விட அழகு

❖ கல்லூரியில் படிக்கும் சீனத்துப் பெண்கள், பார்ட் டைமாய் ரெஸ்டாரண்டில் பணி புரிய விரும்புகிறார்கள். அதுவும் பிகினி உடையில்(!) வாடிக்கையாளர்களைக் கவர ஹோட்டல்காரர்களும் அதை ஊக்குவிக்கிறார்கள். (ஸாரி... அதைப் புகைப்படமாய் வெளியிட முடியாது.) அதே ஜப்பானில் அவர்களது பாரம்பரிய உடையான 'கிமோனோ'வை உடுத்திக் கொண்டு, 20 வயது பூர்த்தியான பெண்கள், டோக்கியோவில் 'வயதை வரவேற்கும் விழா'வில் பங்கேற்றனர். சென்ற ஆண்டு ஜப்பானில் 20 வயதைக் கடந்த நங்கையர்கள் மொத்தம் 1.52 மில்லியன்.



• 20 வயது நங்கையர்கள்



• ஊழலிலிருந்து விடுதலை

❖ உலகக் கோப்பை கிரிக்கெட் பரபரப்பு ஒருபுறம் எழுந்திருக்கும் சூழ்நிலையில், மாட்ச் பிக்ஸிங் குற்றச்சாட்டால், இந்திய கிரிக்கெட் கட்டுப்பாட்டு வாரியத்தால் ஐந்தாண்டு தடை விதிக்கப்பட்ட முன்னாள் ஆட்டக்காரர் அஜய் ஜடேஜா மீதான தடையை கோர்ட் நீக்கியுள்ளது. அவர் திரும்ப இந்திய அணியில் இடம் பிடிக்கிறாரோ இல்லியோ, அவர் நடித்து வெளியாகப் போகும் 'கஷிஸ்' என்ற இந்திப் படம் ஆகஸ்ட்டில் ரிலீஸ்!

தொகுப்பு : **ஆர். சுந்தரவல்லி**

இந்த மாதம் எப்படி?

மேஷ ராசி :

அஸ்வினி, பரணி, கிருத்திகை 1-ஆம் பாதம்.

இராசிநாதன் செவ்வாய் சஞ்சாரம் அனுகூலமாக உள்ளது. ஆயினும் இந்த மாதத்தில் செலவுகள் அதிகமாகும் என்றாலும், அவை சுபச் செலவுகளாக இருப்பது ஆறுதல் தரும். ஒரு பயணத்தை மேற்கொண்டு, தெய்வ தரிசனம் பெற்று, மன அமைதி காண்பீர்கள். தெய்வீகப் பணியில் ஈடுபாடு மிகுந்து காணப்படும். நீதித் துறையில் பணியாற்றுபவர்கள் புரட்சிகரமான தீர்ப்புகளை வெளிப்படுத்தி புகழும், பெருமையும் அடையக்கூடும். தொழிற் பிரிவினர் சுமாரான வளர்ச்சி காண்பீர்கள். இரும்புத் தொழில் செய்வோரும், எக்ஸ்போர்ட் வியாபாரம் செய்பவர்களும் அரசின்

		ராகு சனி	
சூரியன் புதன்	14.3.2003 - மீன/சூரியன் 18.3.2003 - மீன/புதன்		குரு
சுக்கிரன்			
செவ்வாய்	கேது		

மூலம் சில சங்கடங்களைச் சந்திக்க நேரலாம். மற்றபடி வியாபாரம் திருப்திகர மாகவே நடைபெற்று வரும்.

கடல் கடந்து பயணம் செய்ய வேண்டி இருப்பவர்கள் மிகவும் கவனமாகவும், நிதானமாகவும் செயல்படுவது அவசியம். உடல்நலத்தில் சிறு உபாதைகள் ஏற்பட்டு விலகும். பெரும் பாதிப்பு ஏதும் ஏற்பட வாய்ப்பில்லை. பெரும் பதவியில் இருப்பவர்கள் மாத இறுதியில் சில முக்கியமான முடிவுகளை எடுக்க நேரும். பெண்களில் சிலருக்குத் திடீர் திருமண வாய்ப்பு உண்டாகும். திருமணமான பெண்களில் சிலர், மகப்பேறு பாக்கியத்தைப் பெற்று மகிழ்வீர்கள். வேலைக்குப் போகும் பெண்கள் பதவி உயர்வு போன்ற நன்மைகளைப் பெற்று மகிழ இடமுண்டு.

மார்ச்

2003

ரிஷப ராசி :

கிருத்திகை 2, 3, 4 ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி, மிருகசீரிஷம் 1, 2 ஆம் பாதங்கள்

அங்காரகன் மற்றும் சேது

பகவான் சஞ்சாரம் அனுகூலமில்லாததால் இம்மாதம் நீங்கள் ஓரளவு எதிலும் எச்சரிக்கையுடன் செயல்பட வேண்டியிருக்கும். நற்பலன்களுக்கிடையே சில இடையூறுகள் ஏற்படக்கூடும். வீடுகளில் பொருள்கள் களவு போக நேரலாம் என்பதால் மிகுந்த கண்காணிப்புத் தேவை. கலைஞர்கள் புதிய வாய்ப்புகளைப் பெற்று மகிழ வாய்ப்புண்டு என்றாலும், கடுமையான முயற்சிகள் தேவை. வாகனங்களை ஓட்டிச் செல்லக்கூடியவர்கள் வேகத்தைக் குறைத்து, நிதானமாகச் செல்வது அவசியம். தேவையற்ற விஷயங்களில் தலையிடாமல் ஒதுங்கியிருப்பது நல்லது. சில சங்கடங்களிலிருந்துத் தப்பிவிட இது பெரிதும் உதவும். பிரிந்திருந்த தம்பதியர் இப்போது சேர்ந்து வாழக்கூடியச் சந்தர்ப்பம் உருவாகும். அரசியல்வாதிகளின் செல்வாக்குக் கூடும்.

பணம் கொடுக்கல் வாங்கலில் சிரமம் தோன்றக்கூடிய நிலை உள்ளதால் அறிமுகமான, தகுதியுள்ளவர்களுக்கு மட்டுமே கடன் கொடுப்பது உத்தமம். வீடு போன்ற அசையாச் சொத்துகளை அவசரப்பட்டு விற்றுவிடாதீர்கள். சிறிது காலம் பொறுமையாயிருந்தால் கூடுதல் விலை கிடைக்க வழியுண்டு. பெண்கள் தவணை முறையில் பொருள்களை வாங்கிக் குவிக்கும் ஆர்வத்தைத் தவிர்ப்பது அவசியம்.

நீங்கள் தினமும் காலையில் சூரிய பகவானை வழிபடுவதுடன், ஆதித்ய ஹ்ருதயம் ஸ்தோத்திரத்தையும் படித்து வருவதன் மூலம் உங்களுக்குச் சகல நன்மைகளும் உண்டாகும்.

இட்லி மாவுடன் சிறிது நல்லெண்ணெய் கலந்து வார்க்கவும். இட்லி பஞ்சு பஞ்சாக வரும்.

- உஷா



மிதுன ராசி :

மிருகசீரிஷம் 3, 4 ஆம் பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1,2,3 ஆம் பாதங்கள்.

அங்காரக பகவான் உங்கள் இராசியைப் பார்வையிடுவதால், இம்மாதம் உத்தியோகஸ்தர்கள் தங்கள் அன்றாட அலுவலகப் பணிகளில் கடுமையான கவனம் செலுத்திப் பணியாற்றி வருவதன் மூலம் உயர் அதிகாரிகளின் நன்மதிப்பைப் பெற முடியும். இடமாற்றம், பதவி உயர்வு போன்ற நன்மைகளைப் பெற இப்போது வாய்ப்பில்லை. சக பணியாளர்களிடமும் சுமுகமாக நடந்து கொள்வது நல்லது. வியாபாரம் ஏற்ற இறக்கமாகவே இருந்து வரும். இருப்பினும் நஷ்டம் ஏற்பட வழியில்லை என்பதே ஆறுதலான விஷயமாகும். சொந்தத் தொழில் செய்து வருபவர்கள் கணக்குகளிலும், தொழிலாளர்களின் பிரச்னைகளிலும் கவனமாக இருப்பது அவசியம். மாணவமணிகள் கல்வியில் கூடுதல் கவனம் செலுத்த வேண்டியது முக்கியமாகும். அரசியல்வாதிகள் சுறுசுறுப்பாக இயங்கி வர வேண்டியிருக்கும்.

ரியல் எஸ்டேட், பெட்ரோல் பங்க் போன்றவற்றில் தொடர்புடையோருக்குச் சில சங்கடங்கள் ஏற்பட வாய்ப்புண்டு. கலைஞர்களுக்குப் புதிய வாய்ப்புகள் கிடைப்பது சிரமம். பெண்களுக்கு மனக்கலக்கம் ஏற்பட வாய்ப்புண்டு என்றாலும், குடும்ப நிர்வாகத்தில் குறையின்றி நடத்தி நற்பெயர் பெறுவீர்கள். பெண்களின் திருமணம் தொடர்பான முயற்சிகள் தாமதமாகக் கூடிய நிலையே உண்டு. தாய்வழி உறவினர்களும், உங்களால் பயனடைந்தவர்களும் உங்களுக்கு உதவ முன்வருவார்கள். தூரத்திலிருந்து நல்ல தகவலைத் தாங்கிய கடிதம் ஒன்று வரக்கூடும்.

நீங்கள் சனிக்கிழமைகளில் ஆஞ்சநேயருக்குத் துளசி மாலை அணிவித்து, வெண்ணெய் சாத்தி, வழிபட்டு வாருங்கள். உங்கள் வாழ்வில் சுபிட்சம் உண்டாகும்.

கடக ராசி :

புனர்பூசம் 4 -ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்.

சூரிய, புத சஞ்சாரத்தால் இந்த மாதம் எடுத்த காரியங்கள் அதிகமான முயற்சி



குடமிளகாயை வதக்கி, பருப்பு, மிளகாய் வறுத்து உப்பு, புளி சேர்த்து துவையலாக அரைத்தால் மிகவும் ருசியாக இருக்கும். சாதத்திலும் பிசைந்து சாப்பிடலாம். இட்லி, தோசைக்கும் தொட்டுக் கொள்ளலாம்.

- லக்ஷ்மி ரங்கநாதன்.

களின் பேரிலேயே வெற்றி பெறும். கடல் வாணிபம் செய்பவர்கள், கப்பலில் பணிபுரிபவர்கள் மிகுந்த எச்சரிக்கையுடன் இருந்து வருவது அவசியம். தங்க நகை விற்பனையாளர்கள் மிகுந்த பாதுகாப்புடன் இருப்பது உத்தமம். வேத பாராயணம் போன்ற தெய்வீகப் பணிகளில் ஈடுபட்டுள்ளவர்கள் உடல் நலத்தில் சற்றே அக்கறைச் செலுத்த நேரும். வாகனப் போக்குவரத்துத் தொழில் செய்பவர்கள் அதிக அளவில் முதலீடு செய்வதைத் தவிர்த்தல் நல்லது. மாணவமணிகள் படிப்பில் கூடுதலான கவனம் செலுத்துவதும், விளையாட்டு ஆர்வத்தைக் குறைத்துக் கொள்வதும் அவசியம். உத்தியோகஸ்தர்கள் உயர் அதிகாரிகளிடம் நற்பெயர் பெறக் கடுமையாகப் பணியாற்ற வேண்டி இருக்கும். என்றாலும் மாத மத்தியில் திடீர் இடமாற்றம் ஏற்பட இடமுண்டு.

தொழிற்பிரிவினர் சில சங்கடங்களைச் சந்திக்க நேர்ந்தாலும் தொழில் வளர்ச்சி பாதிக்கப்படாது. கலைஞர்களுக்குப் புதிய வாய்ப்புகள் கிடைக்கக்கூடிய நிலை உண்டு என்றாலும், கடுமையான முயற்சிகள் தேவை. பணப்புழக்கத்தில் சிறிது தட்டுப்பாடு நேர்வதன் காரணமாகக் குடும்பத்தில் சிறு சச்சரவு நேரக்கூடும் என்றாலும், பெண்கள் சாமர்த்தியமாகச் சமாளித்து, குடும்பத்தில் நிம்மதியை ஏற்படுத்துவார்கள். அரசியல்வாதிகள் சிக்கலான சில விஷயங்களைச் சந்திக்க நேரும். குடியிருக்கும் வீட்டை மாற்ற வேண்டிய சந்தர்ப்பம் சிலருக்கு ஏற்படலாம். சிலருக்குப் புண், உடலில் அரிப்புப் போன்ற தொல்லைகள் தோன்றி மறையும்.

நீங்கள் நவக்கிரக சந்நிதியிலுள்ள நவக்கிரகங்களை வலம் வருவதும், குறிப்பாக சுக்கிர பகவானை வெண்ணிற மலர்களால் வணங்கி வருவதும், உங்கள் வாழ்வில் சகல நன்மைகளையும் ஏற்படுத்தும்.

சிம்ம ராசி :

மகம், பூரம், உத்திரம் 1-ஆம் பாதம்.

இராசிநாதன் சூரிய பகவான் மற்றும் அங்காரக பகவான் அருளால் இந்த மாதத்தில், உங்களுக்குப் பண வரவு திருப்திகரமான முறையில் இருந்தாலும், அதே அளவில் சுபச் செலவுகளும் மிகுதியாக இருக்கும். நண்பர்களிடம் உங்கள் செல்வாக்கு உயர்ந்து காணப்படும். மகான்களின் தரிசனமும் ஆசியும் பெற்று மகிழ்வீர்கள். அரசியல்வாதிகள் குழப்ப நிலையிலிருந்து ஓரளவு தெளிவு பெற்று விளங்குவீர்கள். சொந்தத் தொழில் செய்பவர்கள் இப்போது முழு மூச்சாகத் தொழிலில் கவனம் செலுத்த வேண்டியது அவசியம். இல்லையெனில், சக தொழில் நிறுவனங்களின் போட்டியால் சங்கடப்பட நேரும். உத்தியோகஸ்தர்கள் உங்கள் பணிகளில் மிகவும் கவனம் செலுத்துவதன் மூலம் உயர் அதிகாரிகளின் நன்மதிப்பைப் பெற வாய்ப்புண்டு.

வியாபாரம் மாதத்தின் முற்பகுதியில் சற்றே மந்த நிலையில் இருந்து வருமாயினும், மாதப் பிற்பகுதியில் திருப்திகரமாக இருக்க இடமுண்டு. வாடிக்கையாளர்களின் ஆதரவு தொடர்ந்து இருந்து வரும். மாணவமணிகள் படிப்பில் கவனம் செலுத்தி வருவீர்கள் என்றாலும், சில தீயவர்களின் சகவாசம் தொல்லைத் தரக்கூடும் என்பதால், அதை விலக்கி விடுதல் உத்தமம். குடும்பத்தில் தடைப்பட்டிருந்த திருமணம் நல்ல முறையில் நடைபெறச் சந்தர்ப்பம் கைகூடி வரும். திருமணமான பெண்களில் சிலர் மகப்பேறு பாக்கியத்தை அடைந்து மகிழ முடியும். மாத மத்தியில் பெண்களில் சிலருக்குச் சில தொல்லைகள் உண்டாகக்கூடும். சிறிது காலம் பொறுமையைக் கடைபிடித்து, உறுதியான மனத்துடன், அமைதியாக இருந்து வாருங்கள். விரைவில் உங்கள் தொல்லைகள் யாவும் அகலும்.

நீங்கள் செவ்வாய்க் கிழமைகளில் முருகப் பெருமான் ஆலயத்திற்குச் சென்று, முருகப் பெருமானைச் சிவப்பு மலர்களால் வழிபட்டு

வாருங்கள். செழிப்பான சூழ்நிலை ஏற்படும்.

கன்னி ராசி :

உத்திரம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், ஹஸ்தம், சித்திரை 1, 2 ஆம் பாதங்கள்.

இராசிநாதன் புதன் சூரியனுடன் 6-ஆம் இடத்தில் சஞ்சரிப்பதால், இம் மாதத்தில் உங்களது நீண்ட கால விருப்பங்களில் சில நிறைவேறுவதில் தாமதமான போக்கே தென்படும். பிற மொழி பேசும் நபர்களால் உங்களுக்குச் சில சங்கடங்கள் உண்டாக இடமுண்டு. வெளிநாட்டுப் பயணங்களை மேற்கொள்ளத் திட்டமிட்டு வந்தவர்களின் முயற்சிகள் வெற்றி பெற வாய்ப்புண்டு. மாணவமணிகள் படிப்பில் முன்னணி நிலையை எட்டுவதன் மூலம் பலரது பாராட்டுகளையும் பெற்று மகிழ்வீர்கள். வியாபாரிகளுக்குச் சில மனவருத்தங்கள் ஏற்படக்கூடும். என்றாலும் அது வியாபாரத்தைப் பாதிக்காது.

சகோதர வழியில் மருத்துவச் செலவுகளை நீங்கள் ஏற்க வேண்டிய நிலை ஏற்படும். பணம் எதிர்பாராத வகையில் வந்து சேரும். வடமேற்குத் திசையிலிருந்து ஒரு நல்ல செய்தி உங்களை வந்தடையும். திருமணம் தொடர்பான பேச்சு வார்த்தைகளை இப்போது தொடங்கலாம். பெண்களுக்கு ஆடை, ஆபரணச் சேர்க்கையில் மகிழ்ச்சி தரக்கூடிய நிலை உண்டு. கலைப் பிரிவினரைப் பொறுத்தவரை நகைச்சுவைக் கலைஞர்கள், சிறுபக் கலைஞர்கள் போன்றவர்கள் முன்னேற்றத்தைக் காண்பீர்கள்.

நீங்கள் சனிக்கிழமைகளில் சனீஸ்வர பகவானுக்கு எள்ளன்னம் நைவேத்தியம் செய்து வணங்கி விட்டு, அதை உடல் ஊனமுற்றவர்களுக்கு விநியோகம் செய்து வாருங்கள். உங்கள் வாழ்வில் சகல நன்மைகளும் உண்டாகும்.

துலாம் ராசி :

சித்திரை 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

இராசிநாதன் சுக்கிர பகவான் சஞ்சாரத்தால் கடன் தொல்லைகள் கட்டுக்குள் அடங்கியே இருக்கும். வாகனங்கள் தொடர்பான தொழில் செய்பவர்கள் இப்போது திருப்திகரமான போக்கைக் காண்பீர்கள். தங்க நகை வியாபாரத்தில் லாபம் கிடைக்க வழியுண்டு என்றாலும், அதிக அளவில் நகைகளை இருப்பு வைக்காதீர்கள். மளிகைப் பொருட்கள், ஜவுளி போன்றவை விற்பனையாவதில் பிரச்னை எதுவும் இராது. அயல் நாடுகளில் வேலை வாய்ப்புக்கு முயற்சி செய்தவர்களுக்கு ஆதரவான பதில் கிடைக்கும். மாணவமணிகள் பெற்றோர், ஆசிரியரின் பாராட்டுகளைப் பெறும் வகையில் படிப்பில் சிறந்து விளங்குவீர்கள்.

கலைஞர்கள் மாத மத்தியில் சில புதிய வாய்ப்புகளைப் பெற்று மகிழ்வதுடன் பொருளாதார உயர்வையும் பெறுவீர்கள். மாத இறுதியில் நீதித் துறையில் பணியாற்றுபவர்கள் நன்மைகளைப் பெற்றுப் பிரபலமாகும் நிலை உண்டு. குடும்பப் பிரச்னைகளில் மூன்றாம் நபர் ஒருவரால் குழப்பம் ஏற்பட்டுச் சரியாகும். பிற மொழி பேசும் ஒருவரின் அறிமுகமும், ஆதரவும் உங்களுக்குப் பெரும் உதவியாக அமையும். பெண்களுக்குக் குடும்ப நிர்வாகத்தில் நற்பெயர் கிடைக்கக்கூடும் என்றாலும், உடல்நலத்தில் அக்கறை செலுத்துவது அவசியம். வடக்குத் திசையிலிருந்து நற்செய்தி ஒன்று உங்களைத் தேடி வரும்.

நீங்கள் சங்கடஹர சதுர்த்தி நாளில் விநாயகப் பெருமானுக்குரிய அபிஷேகப் பொருட்களை வாங்கித் தந்து, வணங்கி வாருங்கள். சுபிட்சம் உண்டாகும்.

விருச்சிக ராசி :

விசாகம் 4 _ ஆம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை.

சனி, ராகு, மற்றும் புதபகவான் சஞ்சாரத்தால் இம் மாதத்தில் எதிலும் ஓர்

மிக்ஸியில் தயிரைக் கடைந்து வெண்ணெய் எடுப்பதற்கு முன் மிக்ஸியை சிறிது சுடுதண்ணீர் விட்டுக் கழுவிய பின் கடைந்தால் வெண்ணெய் பாத்திரத்தில் ஒட்டாமல் வரும். - சாவித்திரி.



எச்சரிக்கை உணர்வுடன் நிதானப் போக்கைக் கடைப்பிடிப்பது அவசியம். செலவினங்களைச் சரிக்கட்டப் பணத் தட்டுப்பாடு நேருமாயினும் கடன் வாங்காமல் சமாளிப்பதே நல்லது. உத்தியோகஸ்தர்கள் இடமாற்றம், பதவி உயர்வு போன்ற நன்மைகளை எதிர்பார்க்கலாம். கலைஞர்கள் தொடர்ந்து முயல்வதன் மூலம், புதிய சில வாய்ப்புகளைப் பெறக்கூடும் என்றாலும், ஒப்பந்தங்களில் கையெழுத்திடும் போது மிகவும் கவனமாக இருப்பது அவசியம். அரசுப் பணிகளில் முக்கியப் பதவி வகிப்பவர்கள் பதற்றமின்றி, எதிலும் ஒருமுறைக்கு இருமுறை நன்கு யோசித்து, முடிவெடுப்பது அவசியம்.

வேலைக்குப் போகும் பெண்கள் சக பணியாளர்களிடம் சுமுகமாகப் பழகி வருவது நல்லதுதான். என்றாலும் உங்கள் கைப் பணத்தை யாருக்கும் கடன் கொடுத்து விடாதீர்கள். சிலருக்குக் குடியிருக்கும் வீட்டை மாற்ற வேண்டிய நிலை ஏற்படலாம். பெண்களிடம் எச்சரிக்கையாய்ப் பழகி வருவது நல்லது. தந்தை வழி உறவினர் மூலம் சில சங்கடங்களும், பணவிரயமும் ஏற்படக்கூடும். பெண்களுக்கு விரைவிலேயே திருமண யோகம் அமையும். சிலருக்குப் பித்தம் தொடர்பான தொல்லைகள் ஏற்பட்டு நீங்கும். வீணான, தேவையற்ற பொருட்களை வாங்கிப் பணத்தை வீணாக்குவதைத் தவிர்ப்பது அவசியம்.

நீங்கள் சனிக்கிழமைகளில் ஆஞ்சனேய பகவானுக்கு வெண்ணெய் சாத்தியும், துளசி மாலை அணிவித்தும் வணங்கி வருவதன் மூலம் உங்களுக்குச் சகல நன்மைகளும் உண்டாகும்.

தனுசு ராசி :

மூலம், பூராடம், உத்திராடம் 1 - ஆம் பாதம்.

தர்ம கர்மாதிபதி சூரிய, புத சஞ்சாரத்தால் இம் மாதத்தில் ஓரிரு சிரமங்கள் ஏற்படலாம் என்றாலும், பெரும்பாலும் நற்பலன்களே ஏற்பட இடமுண்டு. பணம் கொடுக்கல், வாங்கலில் இருந்து வந்த பிரச்னைகள் விலகும். பெரும் பொறுப்புகளை ஏற்றுச் செயல்பட வேண்டியிருக்கும். உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு இடமாற்றம், பதவி உயர்வு போன்றவை ஏற்படக்கூடும் என்றாலும், அவை விருப்பத்திற்கு மாறானதாகவே அமையும். என்றாலும் அதை ஏற்று, அதிலே நீடிப்பதன் மூலம், விரைவில் விருப்பமான இடத்திற்கு மாறுதல் பெற வாய்ப்பு உண்டாகும். மாணவமணிகள் விளையாட்டுகளில் உள்ள ஆர்வத்தைக் குறைத்துக் கொண்டு, படிப்பில் மிகுந்த அக்கறை செலுத்துவதன் மூலமே தேர்வுகளில் முன்னணி நிலையை எட்ட முடியும்.

வியாபாரம் ஏற்ற இறக்கமாகவே இருந்து வரும். என்றாலும் நஷ்டத்திற்கு வழியில்லை. வட்டிக்குப் பணம் கடன் கொடுத்து வாங்குபவர்களில் சிலர், சிறு சிக்கல்களைச் சந்திக்க நேரலாம். பயணங்களின் போது உடைமைப் பொருட்களை மிகக் கவனமாகப் பார்த்துக் கொள்வது அவசியம். பெண்கள் புதிய நகை வாங்குவதாகக் கூறிக் கொண்டு பெரும் பணத்தை அவற்றில் முடக்க முன்வராதிருப்பதே நல்லது. குடும்பத்தினரின் ஒத்துழைப்பின் பேரில் பெண்கள் குடும்ப நிர்வாகத்தைக் குறையின்றி செய்து வருவீர்கள்.

"நாம் யார் வீட்டிற்குச் சென்றாலும் சும்மா அரட்டை அடித்துக் கொண்டு உட்கார்ந்திருக்கக் கூடாது. நம்மால் முடிந்த வேலைகளை அவர்களுடன் பகிர்ந்து கொண்டு செய்ய வேண்டும். அப்பொழுதுதான் அவர்களுக்கு நம் மேல் மதிப்பும், மரியாதையும் ஏற்படும்" என்று என் அன்னை சொல்லிக் கொண்டிருப்பார்கள். இன்று வரை அவர்கள் சொன்ன வார்த்தையை சிரமேற்கொண்டு பின்பற்றி வருகிறேன். அதனால் நான் எங்கு சென்றாலும், நல்ல மரியாதையும், வரவேற்பும் இருக்கிறது.

- பிரபா டாக்கர்.



வெற்றியாளர்

1. எப்பொழுதும் பிரச்னைகளின் பதிலைக் கூறுவார்.
2. எப்பொழுதும் நேரத்தோடு திட்டமிட்டு வேலைகளைச் செய்வார்.
3. எப்பொழுதும் உங்களுடன் வேலை செய்யத் தயார் என்பார்.
4. வேலை கடினமானது என்றாலும் என்னால் முடியும் என்று சொல்லுவார்.
5. பாலைவனம் அருகில் சோலைவனம்.
6. இத்தனை சமயத்திலும் முகத்தில் புன்னகையோடு இருப்பார்!

- ஜி. ஜெயஸ்ரீ

சிலருக்குப் பல் வலி, மூக்கடைப்புப் போன்ற உபாதைகள் ஏற்பட்டு நீங்கும்.

நீங்கள் பிரதோஷ நாளில் சிவாலயத்துக்குச் சென்று, சிவபெருமானுக்கு வேண்டிய அபிஷேகப் பொருட்களை வாங்கித் தந்து, சிவ வழிபாடு செய்து வாருங்கள். உங்கள் வாழ்வில் வளமும், நலமும் பெருகும்.

மகர ராசி :

உத்திராடம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், திருவோணம், அவிட்டம் 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

இராசிநாதன் சனீஸ்வர பகவான் அருளாலும், புதன் சஞ்சாரத்தாலும் இம் மாதத்தில் சிறப்பான நற்பயன்களை நீங்கள் எதிர்பார்க்கலாம். கடந்த காலத்தில் முடிவு பெறாதிருந்த சில திட்டங்கள் இப்போது செயல் வேகம் பெற்று, வெற்றி பெறக்கூடும். மறைமுகத் தொல்லை கொடுத்து வந்த விரோதிகளின் வலிமை குறைந்து காணப்படும். தொழிற்பிரிவினர், கூட்டாளிகள் யாருமின்றிச் சொந்த முயற்சியாலேயே முன்னேற்றம் காண்பீர்கள். கலைஞர்கள் தொடர்ந்து முயன்று சில முன்னணி நிறுவனங்களிலிருந்து வாய்ப்புகளைப் பெற்றுப் பொருளாதார உயர்வையும், புகழையும் பெற்று மகிழ்வீர்கள். உத்தியோகஸ்தர்கள் இடமாற்றம், பதவி உயர்வு போன்றவற்றைப் பெற முயன்றால், வெற்றி கிடைக்க வாய்ப்புண்டு.

வியாபாரம் நல்ல முறையில் லாபகரமாகவே நடந்து வரக்கூடிய நிலை உள்ளதால் வியாபாரிகள் திருப்தியடையக் கூடும். குடும்ப நிலையில் நிம்மதி நிலவி வரத் தடையேதும் இராது என்பதால், நிர்வாகம் செய்வதில் பெண்கள் சிரமப்படத் தேவையிராது. குடும்பத்தில் தடைப்பட்டிருந்த சுபநிகழ்ச்சிகள் நடைபெறச் சந்தர்ப்பம் உண்டாகும். அந்நிய மொழி பேசும் ஒருவரின் ஆதரவால் உங்களுக்கு ஆதாயம் கிடைக்கும் நிலை உண்டு. வெளியூர்ப் பயணங்களைத் தள்ளிப் போடுவது நல்லது. சுபநிகழ்ச்சிகளில் கலந்து கொண்டு விருந்துண்ணல், மனைவி வழி உறவினரின் ஒத்துழைப்பு ஆகியன மன மகிழ்ச்சியை ஏற்படுத்தும்.

நீங்கள் தினமும் விநாயகப் பெருமானுக்கு அருகம்புல் மாலை அணிவித்து வணங்குவதுடன், விநாயகர் அகவல் படித்து வாருங்கள், சகல நன்மைகளும் உண்டாகும்.

கும்ப ராசி :

அவிட்டம் 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சதயம், பூரட்டாதி 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

சனி, புதன், ராகு, சூரிய சஞ்சாரங்கள் சற்று அனுகூலமில்லாததால், இம்மாதத்தில் நன்மையும், தீமையும் கலந்த பலன்களை எதிர்பார்க்கலாம். உத்தியோகஸ்தர்கள் இடமாற்றம், பதவி உயர்வு போன்ற நன்மைகளைப் பெற முயற்சிகளை மேற்கொண்டாலும், சிறு தடங்கல் நேர்ந்து தள்ளிப் போகக் கூடும். என்றாலும் உயர் அதிகாரிகளின் ஆதரவின் காரணமாகச் சில தனிப்பட்ட சலுகைகளைப் பெற்று மகிழும் வாய்ப்பு உண்டு. சக பணியாளர்களிடம் சுமுகமாக நடந்து கொள்வது அவசியம். தொழிற்பிரிவினர் உழைப்பிற்கேற்ற ஊதியத்தைப் பெற்று மகிழ்வீர்கள். கலைஞர்கள் உங்கள் முழுத் திறமையையும் பயன்படுத்தி வெளிப்படுத்துவதன் மூலம் புகழும், பொருளும் கிடைக்கப் பெற்று மகிழ்வீர்கள். வியாபாரத்தில் திருப்திகரமான போக்கே தென்படும்.

குடும்பத்தில் தம்பதியிடையே பரஸ்பர அன்பு நிலவி வரும். கனிவும், பரிவும் குறையின்றி இருந்து வரும். மகன் அல்லது மகளின் திருமணம் தொடர்பான பேச்சு வார்த்தைகளைத் தொடங்குவீர்கள். நீண்ட நாள் கழித்து பழைய நண்பர் ஒருவரைச் சந்திக்க நேரும். பெண்கள் அக்கம் பக்கத்தினருடன் பேசும் போது எச்சரிக்கையாய்ப் பேசுவது நல்லது. உடல்நலத்தில் ஓரளவு கவனம் செலுத்த நேரும். விளம்பரத் துறை, பத்திரிகைத் துறை ஆகியவற்றில் உள்ளவர்கள் முன்னேற்றத்தைக் காண முடியும்.

நீங்கள் நவக்கிரக சந்நிதியில் உள்ள செவ்வாய் பகவானைத் தினமும் வணங்கி வருவதுடன், தினமும் சுப்ரமண்ய புஜங்கம் ஸ்தோத்திரத்தைப் படித்து வாருங்கள். உங்களுக்குச் செழிப்பான நிலை ஏற்படும்.

மீன ராசி :

பூரட்டாதி 4 - ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி.

இராசிநாதன் குருபகவானின் பரிபூரண அருள் தங்களுக்குக் கிடைத்த போதும், இந்த மாதம் எதிலும் சற்று நிதானமாக நடந்து கொள்வது அவசியம். எதிலும் தடங்கலும், தாமதமும் உண்டாக வாய்ப்புண்டு. பணப் புழக்கத்தில் திருப்திகரமான நிலை தென்படாது. என்றாலும் தக்க சமயத்தில் எப்படியாவது உதவிகள் கிடைக்கப் பெற்று, நிலைமையைச் சமாளித்து விடுவீர்கள். மனைவி வழி உறவினர்கள் உதவிக்கரம் நீட்டுவார்கள். மருத்துவம் தொடர்பான தொழில் செய்பவர்களும், மருந்து விற்பனையாளர்களும் கவலைப்பட நேரும். மாதப் பிற்பகுதிக்கு மேல் ஓரளவு முன்னேற்றத்தைக் காணலாம். உத்தியோகஸ்தர்கள் பணிகளில் கூடுதலான கவனம் செலுத்தி, உயர் அதிகாரிகளின் நன்மதிப்பைப் பெற முயலுவது அவசியம். சக பணியாளர்களிடமும் சுமுகமாக நடந்து கொள்வது நன்மை தரக்கூடும்.

குடும்ப நிலையில் சகோதர வழியில் கலக்கம் ஏற்பட இடமுண்டு. உறவினர்கள் உங்களிடம் ஒத்தாசைகளை எதிர்பார்ப்பார்கள். காவல் துறை, நீயணைப்புத் துறை போன்றவற்றில் உள்ளவர்கள் நிம்மதியற்ற போக்கைக் காண நேரும். மாதப் பிற்பகுதியில் இக் குறை நிவர்த்தியாகக் கூடும். மாத இறுதியில் நெருப்புச் சம்பந்தமான தொழில், வியாபாரம் செய்பவர்களும், உணவகங்களை நடத்துபவர்களும் கூடுதல் ஆதாயம் கிடைக்கப் பெறுவீர்கள். எதிர்பாலினரிடம் பழகுவதில் எச்சரிக்கை தேவை.

நீங்கள் வியாழக் கிழமைகளில் நவக்கிரக சந்நிதியில் உள்ள குரு பகவானுக்குக் கொண்டைக்கடலை நைவேத்தியம் செய்து வழிபட்டு வருவதன் மூலம், உங்கள் இன்னல்கள் யாவும் மின்னலென மறைந்து, இனிய நற்பலன்கள் மேலோங்கும்.

— ஸ்வாமி கண்ணன் பட்டாச்சார்யா

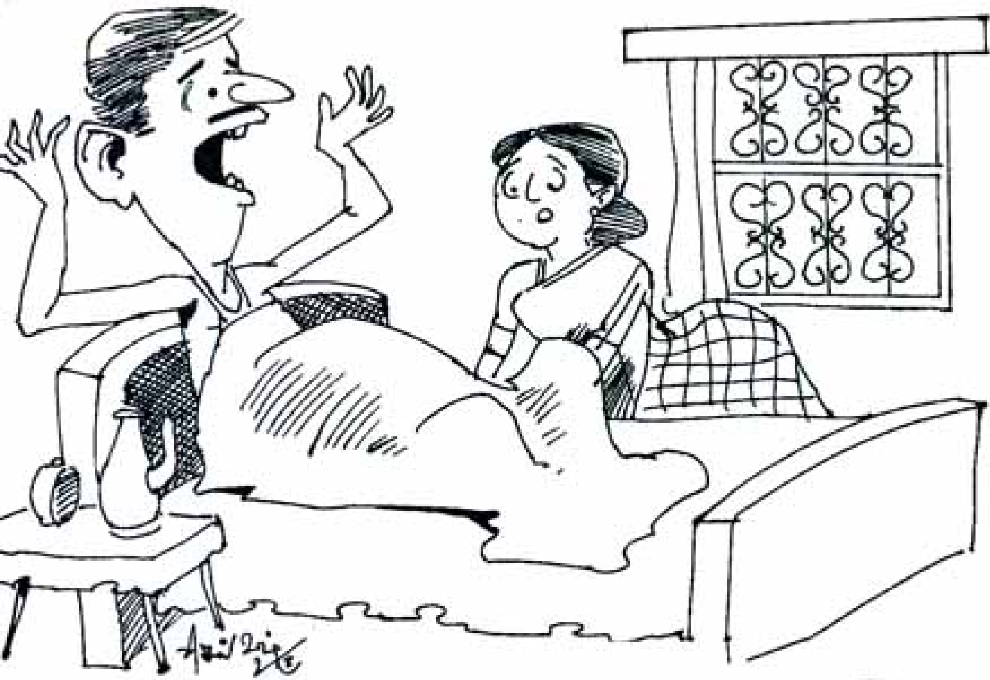
கருவேப்பிலை பொடி



தற்போது மைக்ரோஅவன் வந்துள்ளதால் அதில் எப்படிச் செய்ய வேண்டும் என்று சொல்கின்றேன். சாதாரணமாக வாணலியிலும் வறுக்கலாம்.

கருவேப்பிலையை நன்றாக தூசி, மண் போக கழுவ வேண்டும். பின்னர் நீரை வடிய விட்டு, வடிந்ததும் மைக்ரோ அவனில் வைத்து மொரமொரவென்று வரும் வரை வைக்கவும். பின்னர் சுக்கு சிறிது எடுத்து லேசாகச் சூடாக்கவும். பெருங்காயம் கட்டியானால் அதையும் அதில் வைத்துப் பொரிக்கவும். பின்னர் தேவையான அளவு உ. பருப்பு, மிளகாய் வற்றல், க. பருப்பு ஆகியவற்றைச் சிறிது எண்ணெய் தடவி ஒரு மைக்ரோ அவன் பாத்திரத்தில் வைத்துச் சூடானதும் எடுக்கவும். இவை எல்லாவற்றையும் உப்பு சேர்த்து, புளி தேவையானால் சேர்த்து, மிக்ஸியில் பொடி செய்யவும். பசுமையான நிறம் மாறாத கருவேப்பிலைப் பொடி தயார்.

- சத்யா நாராயணன்.



காதில் நுழைந்த புழு!

விடுமுறைக்கு சென்னை வந்த போது என்னுடைய நாத்தனார் வீட்டில் "கோட்டூர் கார்டன்ஸில்" தங்கியிருந்தோம். ஒருநாள் இரவு மிகவும் வேர்க்கிறது என்று ரூமிலுள்ள ஜன்னல் கதவுகளை சிறிதே திறந்து வைத்தோம். சுற்றி மரங்கள் உள்ளதால் காற்று சிலு..சிலுவென வந்தது. நன்றாகத் தூங்கிக் கொண்டிருந்தோம்.

திடீரென என் கணவர் கத்திக் கொண்டு எழுந்தார்... ஒன்றும் புரியலை... என்னாச்சு? என்று விளக்கைப் போட்டேன். காதில் ஏதோ புழு போய் காதைக் குடைகிறது என்றார். (என் கணவர் பூச்சியைப் புழு என்றுதான் கூறுவார்.)

நான், 'எறும்புதான் சாதாரணமாய் காதிற்குள் போகும், பூச்சி எங்கே போகும்' என்று மனதில் நினைத்துக் கொண்டேன். இரவு 12 மணி. என்ன செய்யறது? கணவரோ குடைச்சல் தாங்காமல் 'மினி' தாண்டவமாய் ஆடி விட்டார். எனக்கு நிறைய 'எறும்பு' அனுபவம் உள்ளதால், காதில் உடனே நீர் ஊற்றிக் காதைச் சாய்த்து வைத்தால் உள்ளே இருப்பது வெளிவந்துவிடும் என்றேன்.

"ஐயையோ, எதையாவது செஞ்சு என் காதைப் பாழாக்கிடாதே..." என்றார். "கடவுளே, காதிற்குள்ளிருந்து பூச்சி தலைக்கு, மூளைக்குப் போய் விடக் கூடாதே" என்று புலம்புகிறாரே தவிர, என் ஐடியாவைக் 'காது' கொடுத்துக் கேட்கவில்லை.

அர்த்தராத்திரியில் டாக்டரிடம் போக ஆட்டோவும் இல்லை, டாக்டரும் அருகில் இல்லை. ஒருவழியாக என் இன்னொரு நாத்தனாரின் வீட்டிற்கு ஃபோன் செய்தோம். அவரும்

நான் சொன்னதைத்தான் சொன்னார். அவரிடமே ஃபோனைக் கொடுத்து, பூச்சி இல்லாத காதில் பேசச் சொன்னேன். "ம்..ம்... சரி" என்றார் (அக்கா சொன்னால் எதுவும் சரியாக இருக்கும் என்ற நம்பிக்கை).

ஒரு வழியாக, காதில் சிறிது சிறிதாக நீர் ஊற்றி ஊற்றித் தலையைச் சாய்த்தார். சிறிது நேரத்தில், காதிற்கு அருகில் 'ய்ங்..' என்று ஒரு வண்டு பறந்தோடியதைப் பார்த்தோம். காதில் குடைச்சலும், வலியும் குறைந்திருந்தது. இரண்டு மணிக்குத் தூங்கப் போனோம். எல்லோரும் காதில் பருத்தியுடன்!

மறுநாள் காலை என் நாத்தனார், "எதுக்கும் ஈ.என்.டி. டாக்டரிடம் காண்பித்து விடு சாயி" என்று சொல்ல.. சரி என்று டிபன் சாப்பிட்டு விட்டு டாக்டரிடம் சென்றோம். என்ன ஐந்து நிமிஷம் ஆகும். டிராப்ஸ் எழுதிக் கொடுத்து விடுவார் என்று ஜாலியாகச் சென்றோம்.

டாக்டர், எல்லா விவரத்தையும் கேட்டார் சிரித்துக் கொண்டே... (தமாஷாக பேசக் கூடியவர்) "சரி வாம்மா... காதை 'செக்' பண்றேன்" என்றார். உள்ளே நுழைந்தோம். டார்ச் அடித்துப் பார்த்து விட்டு, "என்ன சார்... பூச்சிக் கூடு நல்லா கட்டியிருக்கீங்களே" என்றார். காதினுள் பூச்சி மயங்கிக் கிடந்தது. "கவலைப்படாதீங்க 'கிளீன்' செய்து விடுகிறேன்" என்றார்.

பிறகு ஏதோ மருந்து விட்டார் பாருங்கள்... மயக்கம் தெளிந்து, பூச்சி ரீங்காரமிட ஆரம்பித்து, வெளியே வந்து செத்தது. அதைப் பார்த்ததும் அரண்டுதான் போனோம். பெரிய வண்டு. அதன் இரண்டு கால்கள் உள்ளேயே ஒட்டிக் கொண்டு விட்டது. மருந்தில் தானா வந்துவிடும், இல்லையெனில், மூன்று நாள் கழித்து, 'காலை' (பூச்சியின்) எடுக்கலாம் என்றார். அப்போது டாக்டர் கூறியது (தமாஷாக) "காதை அடிக்கடி குடையாதீங்க. காதில் நீங்கள் அழுக்கு என நினைக்கும் மெழுகு இருந்தால், எந்தப் பூச்சியும் கிட்ட வராது. சுத்தமாயிருந்தால் காதில் 'வீடே' கட்டும்"



என்றார். காது தானே தன்னைச் சுத்தப்படுத்திக் கொள்ளுமாம்! பின், பட்ஸ் போன்ற எவற்றையும் காதிற்கு அருகிலேயே கொண்டு போக வேண்டாம் என்றார்.

மூன்று நாள் கழித்துத்தான் பூச்சியின் காலை எடுத்தார் டாக்டர். இப்போது சென்னை மட்டுமல்ல. எந்த ஊருக்குச் செல்வதாக இருந்தாலும், உடைகளுக்கு முன்பு பருத்தியை எடுத்துப் பத்திரமாக வைத்துக் கொள்கிறோம்.

— மங்களா சாய்ராம்



நட்சத்திரங்களையும் அடையலாம்!

திரு. எஸ். அரவிந்த் (தற்போது மருத்துவம் முதலாமாண்டு படிக்கும் மாணவரான இவர் சென்ற ஆண்டு +2 தேர்வில் 1200க்கு 1183 மதிப்பெண்கள் பெற்று முதலாவதாக வந்தவர். ஆனால் இவர் வடமொழியை 2-வது மொழியாகத் தேர்வு செய்து எடுத்துக் கொண்டதால் இவருக்கு முதன்மை இடம் கிடைக்கவில்லை. தமிழ் மொழியை 2-ம் மொழியாக எடுத்தவர்களில் அதிக மதிப்பெண்கள் பெறுபவருக்குத்தான் முதலிடம்.)

"சிறு வயதிலிருந்தே மருத்துவம் படிக்க வேண்டும் என்பது எனது லட்சியம். +2வில் எல்லாப் பாடங்களிலும் அதிக மதிப்பெண் பெற்று, மாநில அளவில் 'டோட்டலில்' அதிக மதிப்பெண் நான் பெற்றதற்கு, எங்களின் முதல்வர் எங்களின் மீது வைத்திருந்த முழுமையான நம்பிக்கைதான் காரணம். நன்கு முயன்று, தினமும் 18 மணி நேரம் உழைத்துப் பெற்ற இந்த மதிப்பெண்களைக் கண்டபொழுது முதலில் ஏற்பட்ட மகிழ்ச்சியும், நிறைவும் எனக்கு முதலிடம் இல்லை என்றபோது, அந்த நொடியில் மனம் உடைந்து உற்சாகமிழந்து மிக்க வருத்தத்திற்குள்ளானேன். சுற்றமும், நட்பும் என்னைத் தேற்றினர். ஆனால் எனது இலட்சியமான மருத்துவப் படிப்பில் மெரிட்டில் சேர எனக்கு இடம் கிடைத்ததை அறிந்தவுடன், பழைய உற்சாகம் தொற்றிக் கொண்டது.

அதே போல் இன்றும் எனது வகுப்பில் முதலிடத்தில்தான் இருக்கிறேன். இது போன்ற தொடர் வெற்றிகளுக்கும், இன்று நான் மருத்துவம் பயிலவும், என் தாயின் முழுமையான நம்பிக்கையும் முக்கியக் காரணம். மருத்துவப் படிப்பு முடித்ததும் முழுமூச்சில் மக்கள் சேவையில் ஈடுபடுவதே எனது விருப்பம்."

செல்வி. பூர்ணிமா கோபாலகிருஷ்ணன் : (எம்.ஓ.பி. வைஷ்ணவா கல்லூரி மாணவி எம்.பி.ஏ. பயில்கிறார்)

சமீபத்தில் 40 கல்லூரிகள் (225 மாணவ-மாணவியர்) கலந்து கொண்ட (A CII Tamil Nadu intiative towards recognising young managerical talents) நிகழ்ச்சியில் தன் திறமையை வெளிப்படுத்தி, தேர்வு செய்யப்பட்ட 10 பேர்களில் 5-ம் இடம் பெற்ற

இவருக்கு, ஐந்து பெரிய நிறுவனங்கள் தங்கள் நிறுவனத்தில் வேலை வாய்ப்பளிக்கத் தயாராக உள்ளன. சம்பளமோ ஆண்டிற்கு சில லட்சங்கள்... வாவ்!

"நான் +2 முடித்த போது பள்ளியில் 2-வது இடம். கல்லூரியிலும் மிகச் சிறந்த மாணவி என்று பாராட்டப் பட்டவள். (Best outgoing student) தற்போது பயிலும் எம்.பி.ஏ.விலும் வகுப்பில் முதலிடம். இதுபோன்ற வெற்றிகளுக்கு மிக முக்கியக் காரணம், என் மனதில் பதிந்த வாசகங்கள்தான்.

'Reach for the stars
Sky is the limit'

ஆம்! நட்சத்திரத்தை அடையவும் செய்யலாம். வானம்தான் அதன் எல்லை. முயற்சிக்கு என்றுமே எல்லை இல்லை. அதே போல என் மனதில் பதிந்த இன்னொரு வாக்கியமும் உண்டு -

'Good to great'

'நல்லவர்கள்' என்ற பாராட்டுடன் நின்று விடாமல் 'மிகவும் சிறந்தவர்கள்' எனப் பாராட்டப்பட முயன்று கொண்டே இருக்க வேண்டும். என்னுடைய வெற்றிகளுக்கு ஓயாமல் ஊக்கம் தரும் என் பெற்றோர், எங்கள் கல்லூரி முதல்வர், பேராசிரியர்கள், என் சக தோழிகள் அனைவரும் கூடக் காரணம்."

திரு. செல்வரத்தினம் *(சரவணா ஸ்டோர்ஸ்)*

"இப்படி ஒரு வளர்ச்சிக்கு மிக முக்கியக் காரணம் என் மனதில் பதிந்த வாசகங்கள்தான். இது நான் படித்து மனதில் பதித்துக் கொண்டதா? அல்லது யாராவது சொல்லி மனதில் இடம் பிடித்ததா என்பது எனக்கு நினைவில்லை. 'மக்களின் தேவையறிந்து செய்யும் வியாபாரம் எதுவானாலும் செழித்து வளரும்' என்பதுதான்.

அதே போல மற்ற இடங்களை விடக் குறைந்த விலைக்குத் தருகிறீர்களே, இதில் லாபம் எப்படி? என்று கேட்டவர்கள் பலர். லாபமில்லாமல் யாரும் பிசினஸ் செய்ய வர மாட்டார்கள். லாபம் வருவதனால்தான் வியாபாரம் செய்கிறோம். லாப'மார்ஜினை' குறைப்பதால் வாடிக்கையாளர்கள் கூடுகிறார்கள்- லாபம் தானாக வருகிறது - பிசினஸ்'ம் கூடுகிறது. மக்கள் தேவை புரிந்து அவர்களால் வாங்க முடிந்த விலையில், தரமான பொருட்களை விற்பனை செய்ய வேண்டும் என்பது தான் என் மனதில் பதிந்த தாரக மந்திரம்."

திருமதி சாவித்ரி வைத்தி :

ஆதரவற்ற முதியவர்களுக்காக 25 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு இவர் தொடங்கியதுதான் விஸ்ராந்தி. இன்றுள்ள முதியோர் இல்லங்களுக்கு இதுதான் முன்னோடி. தொடர்ந்து சமூக சேவையில் தன்னை அர்ப்பணித்துக் கொண்டு வெற்றிகரமாகச் செயல்பட்டு வரும் இவரை, 'இப்படி ஒரு எண்ணம் உங்கள் மனதில் எழ யார்/ என்ன காரணம்?' என்று கேட்டபோது -

"நான் பள்ளியிறுதி வகுப்பு முடித்தவுடனேயே பணியில் சேர்ந்தேன். ஆரம்பத்தில் நான் பணிபுரிந்த இடங்கள் குடிசைப் பகுதிகள்.

பின்பு திருமதி. தாரா செரியன் அவர்களின் காலத்தில் அவர் அறிவித்த திட்டங்கள் - குழந்தைகள் காப்பகம், முதியோர் காப்பகம், தட்டெழுத்துப் பயிற்சி நிலையம், பணிபுரியும் பெண்களுக்கான ஹாஸ்டல் - இதில் நான் தேர்வு செய்தது முதியோர் இல்லம். என் தங்கையின் எதிர்பாராத மறைவு போன்றவைகள்தான் என்னை இத் துறையில் ஈடுபாட்டுடன் பணிபுரிய வைத்தது."

தொகுப்பு : **வைதேகிதேசிகன்**

கட்லெட் செய்யும் போது இரண்டு ஸ்லைஸ் ரொட்டிகளை தண்ணீரில் முக்கியெடுத்து உடனே பிழியவும். இதை உதிர்த்து கட்லெட் கலவையில் கலந்தபின் வெஜிடபிள் கட்லெட் செய்தால் உடையாமல், விண்டு போகாமல் அழகாக வரும். நல்ல ருசியாக இருக்கும். நன்றாகக் காணும்.

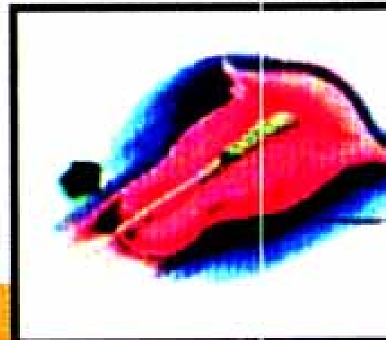
- உஷா



இனி 'கருப்பை நீக்கம்' வேண்டாமே!

சமீபத்தில் ஒரு பிரபல ஆங்கில வார இதழில், புகழ்பெற்ற நாவலாசிரியை ஷோபனா டே எழுதியிருந்த விஷயம் ஆச்சரியத்தைத் தந்தது. ஷோபனா நவீன யுகத்தின், புரட்சிகரமான சிந்தனையோட்டம் உடைய பெண்மணி. சமுதாயத்தின், மேல் மட்டத்தில் உள்ளவர்களுடைய வாழ்க்கை முறையைப் பின்னணியாகக் கொண்டு பல ஆங்கில நாவல்களை எழுதி கண்டனங்களையும் புகழுரைகளையும், ஏராளமாகச் சம்பாதித்தவர் ஷோபனா.

இவர் எழுதியிருந்த கட்டுரை, மாதவிடாய் நிற்கும் சமயத்தில் பெண்கள் அவதியுறும் சங்கடங்களை வெளிப்படையாக வெளிச்சம் போட்டுக் காட்டியது. இந்தச் சமயத்தில் தற்காலத்துப்







பெண்கள் எத்தனை பிரச்னைகளுக்குள்ளாகிறார்கள் என்று, தன் சொந்த அனுபவங்களையும் சேர்த்து எழுதியிருந்தார்.

இந்த மாதிரி சமயத்தில்தான் ஒரு மருத்துவ விஷயம் காதில் விழுந்தது. அண்மையில் பிரபலமாகிக் கொண்டு வரும் ஒரு புதிய மருத்துவத் தொழில் நுட்பம் 'தெர்மா சாய்ஸ்'. அதிகப்படியான கருப்பை உதிரப்போக்கைக் கட்டுப்படுத்துவது எப்படி? என்கிற தலைப்பில் சமீபத்தில் சென்னையில் ஒரு கருத்தரங்கம் நடைபெற்றது. தெர்மாசாய்ஸ் உத்தியில் கைதேர்ந்த, அமெரிக்காவின் அரிஸோனாவைச் சேர்ந்த மகளிர் நோய் சிகிச்சை மருத்துவர் டாக்டர

ஃப்ராங்ளின் டி. லோஃப்பர் இதைப் பற்றி விளக்கினார்.

சென்னை மருத்துவக் கல்லூரியில் உதவிப் பேராசிரியராக இருக்கும் மகப்பேறு மருத்துவர் டாக்டர் பி.எம். கோபிநாத் இந்தத் தொழில் நுட்பம் மூலம் நானூறுக்கும் மேற்பட்ட பெண் களைக் குணப்படுத்தியிருக்கிறார். தெர்மா சாய்ஸ் யூடரைன் பலூன் தெரபியைப் பற்றி விவரமாக விளக்குகிறார் இவர் -

''இயல்புக்கு மாறான கருப்பை உதிரப் போக்கு பிரச்னை, ஐந்தில் ஒருவர் என்கிற விதத்தில் பெண்களுக்கு இன்று உள்ளது. குறிப் பாக முப்பது வயதிலிருந்து ஐம்பது வயது வரை யுள்ள பெண்களுக்குத்தான் உடல் ரீதியாகவும், உளவியல் ரீதியாகவும் பாதிப்பு ஏற்படுகிறது. வெளியில் சொல்ல முடியாத பயம், எரிச்சல், கோபம், இவற்றோடு உடலில் சோர்வு, நடையில் தளர்ச்சி, அடிக்கடி நேப்கின் களை மாற்ற வேண்டிய கட்டாயம் போன்றவைதான் இவர்களுடைய



இன்னல்கள்.

மாதவிடாய் சமயத்தில் ஏற்படும் பிரச்னைகளினால் குடும்பச்சூழலில் டென்ஷன், வேலை பார்க்கும் இடத்தில் குழப்பம் என்று பல அவஸ்தைகளுக்கு உள்ளானாலும், பெண்கள் இந்தப் பிரச்னைகளுக்கு விடை காண முன் வர மாட்டேன் என்கிறார்கள்.

கருப்பையில் ஏற்படும் அதிகமான உதிரப் போக்கிற்கான (Dysfunctional Uterine Bleeding) முக்கியமான காரணம் சுரப்பிகளில் ஏற்படும் மாற்றங்கள். இதுவரையில் இந்தப் பிரச்னைக்கு மருந்துகளும், தேவைப்பட்டால் அறுவை சிகிச்சையும்தான் விடை என்ற நிலை இருந்தது.

உலகெங்கிலும் பல ஆராய்ச்சிகள் நடத்தப் பட்டு, சில சிகிச்சை முறைகள் கண்டு பிடிக்கப் பட்டன. அதில் ஒரு சிகிச்சை முறை எண்டோ மெட்ரியல் அப்லேஷன். இந்த முறையில் கருப் பையின் உள் சுவரை ஹிஸ்டெரோஸ்கோப் மூலம் சுரண்டல் தேய்த்து எடுப்பார்கள். இந்தச் சிகிச்சை முறை விலை யுயர்ந்ததாக இருப்பதால் வெகு சில பெண்களே பயன டைந்து வருகிறார்கள்.

ஆனால் மாதவிடாய் பிரச்னையினால் அவதி யுறும் பெண்களோ ஏராளம். இவர்களுக் காக வேறு சிகிச்சை முறையைத் தேடிய போதுதான் தெர்மாசாய்ஸ் முறை கண்டு பிடிக்கப்பட்டது.

தெர்மா சாய்ஸ் முறை யில் ஒரு மெல்லிய குழாயின் ஒரு பக்க வாயில் ஒரு பலூனைப் பொருத்துகிறார்கள். பிறகு இது கருப்பைக்குள் செலுத்தப்படுகிறது. அதன் பிறகு ஒரு சுத்திகரிக்கப்பட்ட திரவத்தை பலூனிற் குள் செலுத்துகிறார்கள். அப்படிச் செய்யும் போது இந்த பலூன் உப்பி, கருப்பையை முழு வதுமாக அடைத்துக் கொள்கிறது. அடுத்து, பலூனிற்குள் இருக்கும் திரவத்தை (5% dextrose solution) 87°c அளவிற்கு உஷ்ணப்படுத்துகிறார் கள். இது எட்டு நிமிஷம் வரை செய்யப் படுகிறது. அப்படிச் செய்யும் போது கருப்பை யின் உட்சுவரில் உள்ள இரத்த நாளங்கள் எரிந்து விடுகின்றன. பிறகு திரவத்தை வெளி யேற்றி, குழாயை எடுத்து விடுகிறார்கள்.

தெர்மாசாய்ஸ் சிகிச்சை முறையைப் பற்றிய சில தகவல்கள் :

1. இந்தச் சிகிச்சையைச் செய்யும் போது எப்படி உணர்வீர்கள்?

சிகிச்சையை ஆரம்பிப்பதற்கு முன்பு மருத்துவர் சில மருந்துகளைக் கொடுப்பார். இதன் மூலம் சிகிச்சையின் போதும், அதன் பிறகும் ஏற்படக்கூடிய தசைகளின் இழுப்பு குறையும். நீங்கள் சற்று ரிலாக்ஸ்டாக இருப்பதற்கு 'செடேட்டிவு'ம் கொடுக்கப்படலாம். பெரும்பாலும் மருத்துவர் சிகிச்சை அளிக்கும் போது நீங்கள் விழித்துக் கொண்டுதான் இருப்பீர்கள்.

2. சிகிச்சைக்குப் பிறகு...

மாதவிடாய் ஏற்படும் போது உண்டாகும் 'க்ராம்ப்ஸ்' (தசைகளின் இழுப்பு) சிகிச்சைக்குப் பிறகும் ஏற்படும். இதற்கு மருத்துவர் மருந்துகள் கொடுப்பார். நான்கு மணி நேரங்கள் வரை மருத்துவமனையில் ஓய்வு எடுத்துக் கொண்டு விட்டு, வீட்டிற்குப் புறப்படலாம்.

அடுத்த நாளே வேலைக்குச் செல்லலாம். வீட்டு வேலைகளைப் பார்த்துக் கொள்ளலாம். மருத்துவர் மீண்டும் உங்களைப் பரிசோதித்த பிறகு 7-10 நாட்களுக்குள் தாம்பத்திய வாழ்க்கையைத் தொடரலாம். இரண்டு வாரங்கள் வரையில் சிலருக்கு இளஞ்சிவப்பு நிறத்தில் போக்கு ஏற்படும். சிலருக்கு ஒன்று, இரண்டு மாதவிடாய் சமயத்தில் அதிக இரத்தப்போக்கும் ஏற்படும். அதன் பிறகு நல்ல முன்னேற்றம் இருக்கும்.

3. பாதுகாப்பான சிகிச்சை முறையா?

இந்தச் சிகிச்சை முறைக்குப் பிறகு, 100.4° மேல் காய்ச்சல் வந்தால் உடனே மருத்துவரை அணுக வேண்டும். அதே மாதிரி, மருந்துகள் உட்கொண்டும் அடிவயிற்றில் வலி நிற்காவிட்டாலோ, வாந்தி, சிறுநீர், மலம் கழிப்பதற்குச் சிரமம் போன்றவை ஏற்பட்டாலோ உடனே மருத்துவரை அணுக வேண்டும்.

டாக்டர் கோபிநாத் கூறும் இன்னொரு விஷயம் 'இனி குழந்தை வேண்டாம்' என்று தீர்மானித்திருப்பவர்களுக்கு மட்டுமே இந்தச் சிகிச்சை முறையைச் செய்கிறார்களாம். மேலும் கருப்பையின் உட்சுவரை மட்டுமே தெர்மாசாய்ஸ் சரி செய்வதால் ஓவரிகள் பாதிக்கப்படுவதில்லை.

''நான் முன்பு சொன்ன 'எண்டோமெட்ரியல் அப்லேஷன்' சிகிச்சை முறை தேர்ச்சி பெற்றவர்கள் மட்டுமே செய்யக்கூடியது. சென்னையில் நாங்கள் ஆறு மருத்துவர்கள் மட்டுமே இந்த முறையைச் செய்கிறோம். ஆனால் தெர்மாசாய்ஸ் முறையை எளிதாகக் கற்றுக் கொண்டு செய்யலாம், மகப்பேறு பார்க்கும் நர்ஸ்கள் உள்பட. இதனால் பல பெண்களுக்கு நம்மால் சிகிச்சை அளிக்க முடியும்.

இந்தச் சிகிச்சை முறையை மேற்கொள்கிறவர்கள் மருத்துவமனையில் இரண்டு மணி நேரம் வரை, இருந்தால் போதும். தெர்மாசாய்ஸ் முடிந்தவுடன் உதிரப்போக்கு முற்றிலும் குறைந்து விடுகிறது. சிலருக்கு உதிரப்போக்கு அறவே நின்று விடுகிறது'' என்கிறார் டாக்டர் கோபிநாத்.

''உதிரப்போக்கிற்காக இனி கருப்பையை அகற்ற வேண்டாம். அதற்கு ஆகும் செலவை விட இந்தச் சிகிச்சை முறைக்குச் செலவு குறைச்சல். மேலும் வேலை பார்க்கும் பெண்கள் உடனேயே நிவாரணம் பெற்று வேலைக்குத் திரும்பி விடலாம். மருத்துவமனையில் தங்கும் செலவு, அலுவலகத்தில் லீவு எடுப்பதால் ஏற்படும் சம்பளப் பிடிப்பு, இதையெல்லாம் பார்க்கும் போது நாம் இந்தச் சிகிச்சைக்காகச் செய்யும் செலவு குறைவே. முக்கியமாக உடலில் வேறு நோய் பிரச்னையுள்ள பெண்களுக்கு தெர்மாசாய்ஸ் ஒரு வரப்பிரசாதம். உதாரணமாக இரத்த அழுத்தம், நீரிழிவு நோய், இருதயக் கோளாறு, சிறுநீரகப் பிரச்னையுள்ள பெண்களுக்கு பக்க விளைவுகள் ஏற்படாமல், இந்தச் சிகிச்சை முறையை உபயோகித்து, மாதவிடாய் நிறுத்தம் ஏற்படும் நேரத்தில் உதிரப்போக்கைக் கட்டுப்படுத்தலாம்.

தெர்மாசாய்ஸ், கருப்பையில் உண்டாகும் எல்லாவிதமான பிரச்னைகளுக்கும் தீர்வு காணும் சிகிச்சை முறை அல்ல. ஆனால் மாதவிடாய் சமயத்தில், பல காரணங்களினால் ஏற்படும் அதிக உதிரப்போக்கை நிறுத்துவதற்கு எளிதான ஒரு சிகிச்சை முறை இருக்கிறது என்கிற விழிப்புணர்வு, பெண்களுக்குக் கண்டிப்பாக வர வேண்டும். அப்போதுதான் கடும் அவஸ்தைகளை, வாயை மூடிக் கொண்டு சகித்துக் கொண்டிருக்காமல், தாங்களும் இந்தச் சங்கடத்திலிருந்து விடுபட்டு ஒரு தரமான வாழ்க்கையை வாழலாம் என்கிற நம்பிக்கை அவர்களுக்கு ஏற்படும்'' என்கிறார் டாக்டர் கோபிநாத்.

பேட்டி : லதா அமர்நாத்

நிகரற்ற நிவாரணி

5 Lakh Satisfied Patients

ORTHOCURE™

ஆர்தோக்யூர்™

(இது ஒரு இந்திய ஆஸ்திரேலிய கூட்டு முயற்சி)

மாத்திரைகள் மற்றும் ஆயில்

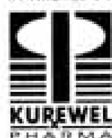


மூட்டு வலியால
என் கலையே
கனவாயிடுமோன்னு
பயமாயிடிச்சு. எனக்கு
மறுவாழ்வு அளித்தது
ஆர்தோக்யூர்
மட்டும் தான்.

சியாமளா சேகர்

NO SIDE EFFECTS

MARKETED BY:



CHENNAI-600083
PH: 044 2489 3013, 2471 1719

Product of
NATURE REMEDIES (P) LIMITED
CHENNAI-600 083

தமிழகமெங்கும் கிடைக்கும்



வசீகரப் புன்னகையே வெற்றிக்கு வழிகாட்டி!

"காலப்போக்கில் அழகின் அர்த்தங்கள் மாறிக் கொண்டே வருகின்றன. பட்டாடை உடுத்தி, கருங்குழலில் பூச்சூடி, கண்களில் மையிட்டு, நெற்றியில் திலகமிட்டு, தலைகவிழ்ந்து நடந்து வரும் மங்கையரை அழகியர் என, கடந்த கால இலக்கியங்கள் வர்ணிக்கின்றன.

ஆனால் இன்று கார்குழலோ தோளிற்குக் கீழ் இறங்குவதில்லை. நெற்றியில் ஸ்டிக்கர் பொட்டு!

ஆனால் புன்னகையின் வசிகரம் மட்டும் என்றுமே மாறுவதில்லை. பொன் நகை வேண்டாம், புன்னகை போதும் என்று பழமொழி உண்டு. அப்படி வசீகரமான புன்னகை, இன்றைய வியாபார உலகில் ஒரு அத்தியாவசியமான தேவையாகி விட்டது.

"போட்டிகள் நிறைந்த இன்றைய உலகில் ஜெயிப்பதற்கு முதலில் தேவையானது நல்ல வசீகரமான தோற்றம். அழகிய முகம் புன்னகையால் மேலும் அழகு பெறுகிறது. இதற்கு அடிப்படையான பற்கள் சீராக இல்லையெனில் புன்னகை பூர்ணமாவதில்லை" என்கிறார் சர்வதேச அங்கீகாரம் பெற்ற முகச் சீரமைப்பு மையத்தை நிறுவி, இருபதாயிரத்திற்கும் மேற்பட்டோருக்கு புனர்வாழ்வு தந்திருக்கும் பேராசிரியர் டாக்டர் எஸ்.எம். பாலாஜி.

டாக்டர் பாலாஜியிடம், "அறுவை சிகிச்சையில்லாமல் வசீகரமான புன்னகையைப் பெற வழிகள் உண்டா?" என்று கேட்டோம்.

"இதோ அவர் நமக்களித்த பதில்கள்...

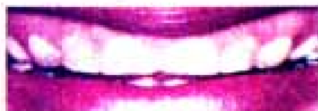
"இன்றைய மருத்துவ விஞ்ஞான வளர்ச்சியில் சாதிக்க முடியாதது என்பது எதுவுமேயில்லை. அதுவும் பல் மருத்துவத்தில் தற்போதைய வானளாவிய வளர்ச்சியை ஏற்படுத்தியுள்ளது காம்போசிட் ரேசின் மற்றும் செராமிக் பற்கள்.

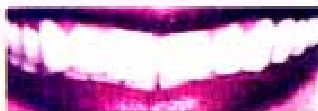
இதோ உங்களுக்காக நான் சீர்படுத்திய சில பல் வரிசைகளைக் காண்பிக்கிறேன். நீங்களே ஆச்சரியப்படுவீர்கள், பாருங்களேன்...!



1. தேய்ந்த பற்கள்

வயது முதிர்ச்சி அல்லது தீய பழக்கங்களினால் சிலருடைய பற்கள் தேய்ந்து, எனாமல் என்னும் பல் மேற்பூச்சு கரைந்து, நிறம் மாறி பழுப்பு நிறமாகிவிடும். இதனால்





பற்களின் உயரமும் குறைந்து விடுவதால் இவர்களின் உதடுகளும் தட்டையாகி விடும். முகமும் பொலிவிழந்து காணப்படும். இதை வெகு இலகுவாகச் சீரமைத்து விடலாம். எனாமல் கரைந்து விடுவதால் இவர்களுக்கு பற் கூச்சமும், சில நேரங்களில் பல் வலியும் கூட ஏற்படும்.

அதனால் இந்தப் பற்களைப் பாதுகாப்பதற்காக, அவற்றின் மேல் இயற்கையான பற்களைப் போலவே தோற்றமளிக்கும் ஒரு உறையை அணிவித்துவிட்டால், அந்தப் புன்னகை எப்படி மாறிவிடுகிறது என்பதைக் காணலாம்.

2. உடைந்த பற்கள்...

உடைந்த பற்களைச் சீரமைப்பது இன்று காம்போசிட் ரெசின் என்னும் தாதுப் பொருளின் கண்டு பிடிப்பினால் சுலபமாகி விட்டது. இதைக் கொண்டு ஒரு நபரின் பற்கள் எந்த நிறமாக இருந்தாலும், அதற்கேற்ப உடைந்த பற்களை முன்பிருந்த நிலையை விட, அழகான நிலைக்குக் கொண்டு வர முடியும். இதன் விலையும் குறைவானதுதான் என்பதால் பாமர, நடுத்தர மக்கள் கூட இந்தச் சிகிச்சையைப் பெற முடியும்.

3. செயற்கை பற்பூச்சு

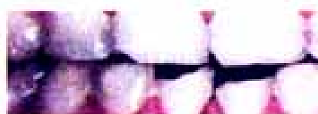
சிலருக்கு இயல்பாகவே சிரித்தால் கீழ் பற்கள் தெரியாது. மேல் பற்கள் கீழ் பற்களை முழுவதுமாக மூடிவிடும். இது பார்ப்பதற்கு மிகவும் அவலட்சணமாக இருக்கும். இப்படிப் பட்டவர்களின் புன்னகையைக் கூட செயற்கை பற்பூச்சுகளின் மூலமும், பல் உறையின் மூலமும் சீர்படுத்திவிருப்பதை நீங்கள் பார்க்கலாம்.

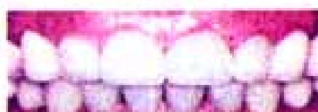
4. தேய்ந்த பற்கள்

இரவில் தூங்கும் போது பற்களைக் கடிக்கும் பழக்கம் உள்ளோர், புகையிலை மற்றும் வெற்றிலை மெல்லும் பழக்கமுடையவர்கள், சூயிங்கம் மெல்லும் பழக்கம் உடையவர்கள் இவர்களுக்கு எல்லாம் பற்கள் சீக்கிரமாகத் தேய்ந்து விடும். அப்படித் தேய்வதினால் அவற்றின் வடிவம் இழந்தும், உயரம் குறைந்தும் தட்டையாகக் காணப்படும். இப்படிப்பட்ட பற்களை நீண்ட, அழகான பற்களாக மாற்றுவதற்காக ஒரு சிறிய, ஈறு அறுவை சிகிச்சை செய்து, பற்களை நீட்டிவிட்டு, பின்பு தட்டையான பற்களை, சிற்பிகள் சிற்பம் செதுக்குவதைப் போல, பொறுமையாக வடிவமைத்தால், அந்தப் பற்களும், அவை சிந்தும் புன்னகையும் மிகவும் அழகாகி விடும்.

5. பற்கள் சமச்சீரின்மை

சிலருக்குப் பற்கள் குட்டையும், நெட்டையுமாகச் சமச்சீரின்றிக் காணப்படும். இப்படிப் பட்ட பற்களை ஒரே உயரமாக, அழகாக மாற்ற முடியும். இதற்கு மூன்று வகையான சிகிச்சை முறைகளை மேற்கொள்ள வேண்டும்.





முதலாவதாக, வரிசையில் இல்லாமல் முளைத்திருக்கும் பற்களை வரிசைப்படுத்த பற்சீரமைப்புச் சிகிச்சையை செய்ய வேண்டும்.

பின்பு பொருந்தாத பற்களை நீக்குவதற்கு பல் நீக்கும் சிகிச்சை செய்ய வேண்டும்.

பின் சமச்சீர் படுத்துவதற்காகப் பற்களின் மேலே உறை பொருத்தி அல்லது மேற்பூச்சு சிகிச்சைகள் செய்ய வேண்டும்.

பற்கள் சமச்சீராக இல்லாமல் இருந்தால், ஒன்று மஞ்சளாக மற்றொன்று வெள்ளையாக இருக்கும். மஞ்சளான பற்களை, ப்ளீச்சிங் முறையில் வெண்மையாக்கலாம். அப்படி முடியாத பட்சத்தில், பற்கள் மேலேயே, நீக்க முடியாத ஒரு மெல்லிய மேற்பூச்சு செய்து விடலாம்.

இதை ஆங்கிலத்தில் வினியரிங் சிகிச்சை என்று சொல்கிறோம்.

6. ப்ளுரோசிஸ்

பற்களைச் சேதப்படுத்தும் ப்ளுரோசிஸ் எனப்படும் நோய், தர்மபுரி மற்றும் சேலம் மாவட்டங்களில் பிரபலமாகக் காணப்படுகிறது. இதில் பற்கள் ஊதா நிறத்திலும், மேடு

பள்ளமாகவும் அல்லது வெண்திட்டுகள் கொண்டதாகவும் காணப்படும். இப்படி நோயுற்ற பற்கள் கண்ணாடியைப் போல எளிதில் உடைந்து விடும் தன்மை வாய்ந்தவைகளாக இருப்பதால், இவற்றைச் சீக்கிரமாக சீரமைக்க வேண்டும். இல்லையென்றால், பற்கள் மிகவும் சிதைந்து வேர் வரை பாதிக்கப்படும்.

7. திசை மாறி பற்கள்

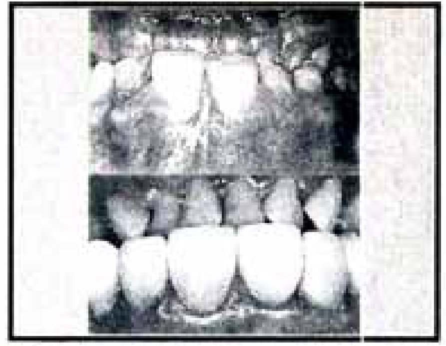
முன்னும் பின்னும் முரணாக முளைக்கும் பற்களை, உரிய வயதில், பல் சீரமைப்பு மருத்துவரிடம் காண்பித்தால், பற்கள் மீது கம்பிகளைப் பொருத்தி அவற்றைச் சீரமைத்து விடுவார்.

இதைப் பற்றிய சரியான விவரம் தெரியாததால், சில பெற்றோர்கள் தங்கள் பிள்ளைகளை



வயது சென்ற பின்னர் சிகிச்சைக்குக் கொண்டு வருகின்றனர். சிலர் பெரியவர்களான பிறகு தாங்களாக முன்வந்து என்னிடம் சிகிச்சைக்கு வருகின்றனர். இப்படிப்பட்டவர்களுக்கு நான் அறுவை சிகிச்சை மூலமாகச் சீரமைப்புச் சிகிச்சை செய்கிறேன். அப்படி அறுவை சிகிச்சை செய்ய முடியாதவர்களுக்கு பற்களின் வடிவத்தை மாற்றி, சீரான பல் வரிசையை உருவாக்க முடியும்.

இப்படிப்பட்ட சிகிச்சைகள் அனைத்தும் அதி நவீன முறையில் கவனமாகச் செய்யப்பட வேண்டும். சில சிகிச்சைகளுக்கு கணினியின்



உதவி தேவைப்படுகிறது. நான் முகச்சீரமைப்பு மற்றும் மூக்குச் சீரமைப்பிற்கு கணினியைப் பயன் படுத்தியதைப் போல, இதைப் போன்ற நவீன பல் அழகுபடுத்தும் சிகிச்சைக்கும் கணினியைப் பயன்படுத்துகிறேன்.

மேலை நாடுகளில் உள்ளதைப் போன்று குறைந்த கதிரியக்கத்தில், பிலிம் இல்லாமலேயே கணினியில் பதிவாகி விடும். அதிநவீன டிஜிட்டல் எக்ஸ்ரே மற்றும் வாயினுள் கண்களுக்கு எட்டாத தூரத்தில் உள்ள உறுப்புகளையும் பெரிதாக்கி, அழகாகக் காண்பிக்கும் இன்ட்ரா ஓரல் காமிராக்கள். குழந்தைகளுக்குப் பயமின்றி சிகிச்சையளிக்கக்கூடிய ஜெனரல் அனஸ்தீசியா செட்-அப் ஆகியவை இருப்பதனால், குழந்தைகள் முதல் பெரியோர் வரை, மனநோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்குக் கூட, இந்த அழகு படுத்தும் சிகிச்சை முறையை ஒரே நாளில், ஒரு சில நிமிடங்களிலேயே செய்து முடிக்கப்படுகிறது.

எல்லா விதமான உலகத் தரம் வாய்ந்த அதிநவீன சிகிச்சைகளும், பாமர மக்களுக்குச் சென்றடையும் வரை, அது வெற்றியான சிகிச்சை முறையாகாது. அதனால் இதை நான் சமுதாய நோக்கோடு எல்லா தரத்தினருக்கும் உபயோகப்படும் விதத்தில், மிகவும் குறைந்த செலவில் செய்து வருகிறேன்" என்கிறார் வசீகரப் புன்னகையுடன் டாக்டர் எஸ்.எம். பாலாஜி. உங்கள் சந்தேகங்களை இவருடைய e-mail:smbalaji@md2.vsnl.net.in முகவரியில் கேட்கலாம் என்கிறார்.

பேட்டி : **பாலு**

கைக் குழந்தை விடாமல் காரணம் தெரியாமல் அழுது கொண்டிருந்தால் கொஞ்சம் சீரகத்தை எடுத்து விழுது போல் அரைத்து தொப்புளைச் சுற்றித் தடவினால் 10 நிமிடத்தில் நன்றாக சிறுநீர் பிரிந்து உடனே அழுகையை நிறுத்தி விடும். இது என் அனுபவத்தில் கண்ட உண்மை.

- கீதா மூர்த்தி.



குளிக்காத நாட்கள்!

'என்ன இது குளிக்காத நாட்கள்?' ஏதேதோ கற்பனை செய்து கொள்ளாதீர்கள். சமீபத்தில் அமெரிக்கா போன அனுபவத்தைச் சொன்னேன். அமெரிக்காவில் நிறைய நாட்கள் குளிக்கவே மாட்டார்கள். சுத்தத்திற்கு மிகவும் முக்கியத்துவம் கொடுக்கும் அமெரிக்கர்களுக்கு குளிக்கவே முடியாத நிலைமையும் ஏற்பட்டு விடுகிறது.

டிசம்பர் பிறந்ததுமே குளிரும் அதிகரித்து விடுகிறது. அதிலும் டிசம்பர் 2 'வொய்ட் டே' என்று டி.வி.யில் அறிவிப்பு வேறு. ஆங்காங்கே அமெரிக்காவின் வடபகுதியில் நிறைய இடங்களில் 'ஸ்னோ' விழுவதாகத் தெரிவித்தனர்.

என் பெண் வடக்கு கரோலினாவில் இருக்கிறாள். இந்த இடம் கிழக்குக் கடற்கரைப் பகுதி (அட்லாண்டிக் பெருங்கடல்)யில் உள்ளது. நியூயார்க்குக்குத் தெற்கே. குளிர் கடுமைதான். ஆனால் ஸ்னோ விழுவதென்பது அதிகமில்லை. எப்போதாவது ஏற்படும் என்று சொன்னார்கள். நானோ என் வாழ்நாளில் ஸ்னோஃபால் பார்த்ததேயில்லை. அந்த அனுபவத்தைப் பெற மிகுந்த ஆசை.

டி.வி.யில் டிசம்பர் 4ம் தேதி ஸ்நோ விழுமென்று அறிவித்ததைக் கேட்டதும் மனமெல்லாம் ஒரே பரபரப்பு. அன்று சீதோஷ்ணம் O°Cக்குக் கீழே. சிறுகச் சிறுக குளிர் பழகி விடவே, அவ்வளவாகக் குளிர் தெரியவில்லை. குளிர் மட்டுமிருந்தால் சமாளித்து விடலாம். அதோடு விண்ட் சில் என்று காற்றும் சேர்ந்து விட்டால் உதறல் தான். கோட்டும், ஷூவும் போட்டுக் கொண்டு நான் பக்கத்திலுள்ள ஜிம்முக்குப் போயிருந்தேன். வெளியில் நடக்க முடியாத நேரங்களில் ஜிம்தான் வரப்பிரசாதம். சிறிது நேரத்தில் என் மாப்பிள்ளை வந்து 'ஸ்நோ விழுகிறது. பார்க்க வாருங்கள்'' என்று கூப்பிட்டார்.

வெளியில் வந்தால் மேலிருந்து துகள்துகளாக வெண் பனி விழுகின்றது! கீழே விழுந்ததும் பூமியின் வெப்பத்தால் நீராகி விடும். வீட்டுக்கு வந்ததும், "வெளியே போகிறேன், வருகிறீர்களா?" என்றார். கரும்பு தின்னக் கூலியா? உடனே கிளம்பி விட்டேன். காருக்கு முன்னால் இன்னும் பெரிய துகள்கள் சற்று பலமாக விழ ஆரம்பித்து விட்டன. ஒரே டிராபிக் ஜாம். ஆகவே திரும்பி, சுற்று வழியாகக் கடைக்குப் போனோம். அதற்குள் நிலமெங்கும் பனி





படிந்து கொஞ்சம் வெண் திட்டுகள்.

கடைக்குள் நுழைந்து, வேலை முடிந்து வெளியே வந்தால் எங்கும் ஒரே வெண் பரப்பு. இன்னும் பலமாக ஸ்நோ விழ ஆரம்பித்து விட்டது. சுமார் இரண்டு மணி நேரம் பனி மழை பெய்துள்ளது. பனி விழும் போது குளிர் தெரியாது. சிறிது நேரத்தில் ஃப்ரீசிங் ரெயின் என்று டீ.வி.யில் அறிவிப்பு. அதாவது மேலிருந்து மழை நீர் விழுந்து பூமியைத் தொடவும் பனிக்கட்டியாக மாறி விடுகிறது. அவ்வளவு குளிர்ச்சி!

வழக்கம் போல சீக்கிரமே, அதாவது அமெரிக்கர்கள் மாலை ஆறரை மணிக்கே டின்னர் முடித்து விடுவார்கள். நாங்களும் சாப்பிட்டு முடித்து, சீக்கிரமே படுத்து விட்டோம். கொஞ்ச நேரத்தில் மின்சாரம் போய் விட்டது. நடு இரவில் நான் விழித்துப் பார்த்தால் எங்கும் ஒரே இருட்டு. கடிகாரம் பார்க்கவும் வழியில்லை. இவ்வாறு இரவைத் தூங்கித் தூங்கிக் கழித்தேன்.



மின்சாரத்தையே எல்லாவற்றிற்கும் நம்பியுள்ளதால் ஒரு வேலை கிடையாது. குளியலும் இல்லை, சமையலும் இல்லை, துவைப்பதும் இல்லை. டீ.வி. இல்லை. எந்தப் பொழுதுபோக்கும் கிடையாது. சாலை முழுவதும் ஐஸ் படிந்திருப்பதால் கார் ஓட்டுவது மிகச் சிரமம். ஆகவே 'சில்' பால், 'சில்' பிரட். ரேடியோவில் 'பவர்' வர பல நாட்களாகும் என்று நியூஸ். அதைக் கேட்டதும் எனக்கு ஒரே ஷாக். வயணமாகச் சாப்பிட்டுப் பழக்கப்பட்டு விட்டு, ஒன்றுமில்லை என்னும் போது சற்று சிரமமாக இருந்தது.

எல்லா மரஞ்செடிகளும் (மொட்டை) பனிப்போர்வையில். இரவு பெய்த பனியிலும், முதல் நாள் பெய்த பனி மழையாலும் மரங்கள் கனம் தாங்காமல் வளைந்து முறிந்து விழுந்து விட்டன. அங்கு எல்லாச் சாலைகளிலும் இரு பக்கமும் மரங்களின் அணிவகுப்பு வெகு அழகாக இருக்கும். மனதைக் கொள்ளை கொண்ட நெடிதுயர்ந்த மரங்கள், கனம் தாங்காமல் வளைந்து மின் கம்பங்களின் மீதும், கம்பிகள் மீதும் விழுந்து விட்டன. மெள்ள மெள்ள இரவும் வந்து விட்டது. பயங்கரக் குளிர். நடுங்குகிறது. டெம்பரேச்சர் - 28 டிகிரி ஃபாரன்ஹீட்.

அமெரிக்காவில் மின்சாரம் போனால் வாழ்க்கையே ஸ்தம்பித்துப் போய் விடுகிறது. ஏனெனில் அனைத்தும் மின்மயம். மின் அடுப்பு, பிரிட்ஜ், அதிகக் குளிரானால் ஹீட்டர், அதிக வெயிலானால் ஏ.ஸி., கார் நிறுத்தும் 'கராஜ்' திறக்க 'ரிமோட்'. அதுவும் பவர் இல்லாவிடில் வேலை செய்யாது செல்போனும் பவர் இல்லையென்றால் அம்போதான். கடைகளும் பில் போட முடியாது.

பெரும்பாலானவர்கள் காரைத் திறந்த வெளியில் நிறுத்தி, வெளியில் சென்று பிரெட், மில்க், யோகார்ட், சிப்ஸ் என்று வாங்கி வந்தனர். அக்கம் பக்கம் சிநேகிதர்களுக்கும் வாங்கித் தந்து உதவினர்.

சுமார் இரண்டு மணிக்கு எங்கள் பகுதியில் 'பவர்' வந்து விட்டது. எங்களுக்கு 3வது நாள். இன்னும் பல இடங்களில் ஒரு வாரத்திற்கு வராது என்று ரேடியோ நியூஸ். எத்தனை குழந்தைகள், எத்தனை வயோதிகர்கள், நோயாளிகள், பச்சைக் குழந்தைகள் எவ்வாறு கஷ்டப்பட்டார்களோ, என்பதை நினைக்கும் போது மனம் மிகவும் வேதனைப்படுகிறது.

எவ்வளவுதான் மனிதன் புத்திசாலியாக வசதிகளைப் பெருக்கி வைத்துக் கொண்டாலும், ஒரு சில சமயம் இயற்கை அவனை ஜெயித்து விடுகிறது.

— அப்புஜம் ஸ்ரீனிவாசன்

சமையலறைச் சந்தேகங்கள்

திருமதி. மஹா விஜய்,
திருச்சி - 2.

வெஜிடபிள் ஸ்டாக், சூப் கியூப்ஸ் என்றால் என்ன? வெஜிடபிள் மாரோ என்பதும் அதுதானா?

வெஜிடபிள் ஸ்டாக் என்றால் காய்கறிகள் வேக வைத்த தண்ணீர் என்பது அர்த்தம். 'சூப் கியூப்ஸ்' என்றால் கடைகளில் கிடைக்கும். ஒரு சில கம்பெனிகள் மட்டுமே இந்தியாவில் தயாரிக்கின்றனர். இதிலேயே சிக்கன் க்யூப், மற்றும் வெஜிடபிள் க்யூப் என்று கிடைக்கிறது. நெஸ்லே கம்பெனியில் இதைப் போல பல வகைகள் தயாரிக்கின்றனர். வெஜிடபிள் மாரோ என்பது 'சுரைக்காயின்' ஆங்கிலப் பதம். நீளவாக்கில் உள்ள சுரைக்காய், கீழ்ப் பாகம் குண்டாகவும் மேற்புறம் மெலிந்தும் உள்ள சுரைக்காய்க்கு 'பாட்டில் கார்ட்' என்று சொல்வார்கள்.





சிவப்புப் பூசணி, Oregamo, Nutri Nugget என்றால் என்ன?

பரங்கிக்காயை ஒரு சிலர் சிவப்புப் பூசணி என்றும் கூறுவர். பொதுவாகப் பெரிய சைஸில் உள்ளதை பரங்கிக்காய் என்றும் அளவில் மிகச் சிறியதாக குண்டாக உள்ளதை சிவப்புப் பூசணி என்றும் கூறுவர்,

Nutri Nugget என்றால் சோயா உருண்டைகள். கடைகளில் கிடைக்கிறது. ஒவ்வொரு கம்பெனியிலும் ஒவ்வொரு பெயர். ஒரு சிலர் சோயா சங்க்ஸ் என்று கூறுவர். பொதுவாக சோயா பீன்ஸாக இருக்கும் போது ஊறவைத்துப் பிறகு வேகவைக்க வேண்டும். இதைப் போன்ற உருண்டைகள் சோயாவை ஊறவைத்து அரைத்துக் காயவைத்துத் தயாரிக்கப்படுவதால், உடனடியாக சமையலில் உபயோகப்படுத்தலாம். கொதிக்கும் தண்ணீர் ஊற்றி சில நிமிடங்கள் கழித்துப் பிழிந்து, உடனே உபயோகப்படுத்தலாம்.



Oregamo வின் சரியான தமிழ்ப் பெயரை அடுத்த இதழில் தருகிறேன். மூலிகை வகையைச் சேர்ந்ததானாலும் காயவைத்த இலையாகக் கிடைக்கிறது. ஐரோப்பிய, இத்தாலிய மெக்ஸிகன், கிரேக்க நாட்டு சமையல்களில்



பதில்கள் :
எஸ். மல்லிகா பத்ரிநாத்

மிகவும் பிரசித்தம். இங்கு இப்போது பிஸ்ஸாவின் மேல் போடவும், சூப்களில் போடவும் உபயோகப் படுத்தப்படுகிறது. மேற்கு நாடுகளில் 20வது நூற்றாண்டின் இறுதியில் இருந்து மிகவும் விருப்பத்துடன் முட்டை, மீன், காய்கறி சமையலில் உபயோகப் படுத்தப்படுகிறது. இங்கு சென்னையில் நீல்கிரீஸ், ஃபுட்வொர்ல்ட் போன்ற பெரிய கடைகளில் **'Oregamo'** என்ற பெயரிலேயே கிடைக்கிறது.

வைதேகி ரமணி, மும்பாய்.

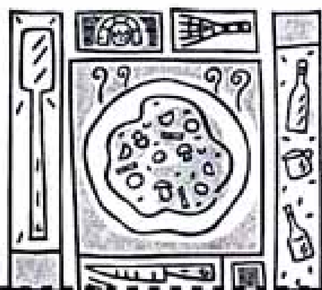
நான் ஒருமுறை உப்பு பிஸ்கெட் செய்தேன். (ஓவனில்) பிஸ்கெட் முழுவதும் ஒன்றோடொன்று ஒட்டிக் கொண்டு ட்ரே முழுவதும் பரவி விட்டது. தூள் தூளாக ஆகி விட்டது. என்ன காரணமென்று தெரிவிக்கவும்?

தாங்கள் செய்த செய்முறைக் குறிப்பை எழுதவில்லை. மேலும் 'பிஸ்கெட்' செய்யும் போது அளவுகளை சரியாக அளக்க வேண்டும். எத்தனை கிராம் என்று குறிப்பிட்டிருக்கிறதோ அதே அளவு வெயிட்டை கரெக்டாக அளந்து உபயோகப் படுத்த வேண்டும்.

கொழுப்புச் சத்து அதிகமானாலும் பிஸ்கெட் சரியாக வராது. குறைவானாலும் சரி வராது. முக்கியமாக தாங்கள் கவனிக்க வேண்டியது என்னவென்றால், ஓவனை முன்பே சூடாக்க வேண்டும் (ப்ரீ ஹீட்). பிஸ்கெட்டை ஓவன் டிரேயில் நல்ல இடைவெளி விட்டு அடுக்கிய பிறகே 'பேக்' செய்ய வேண்டும்.

தோசை மாவில் அரை சிட்டிகை சுக்குப் பொடி கலந்து ஊத்தப்பம் செய்து சாப்பிட்டால் எளிதில் ஜீரணமாகும். குழந்தைகளும் அதன் ருசியை விரும்பிச் சாப்பிடுவார்கள்.

- ஆர். சுந்தரவல்லி.



பிஸ்கெட் வெந்திருக்கிறதா என்பதை நிறத்தைப் பார்த்தும், வாசனையைப் பார்த்தும் கண்டு பிடிக்கலாம். இல்லாவிட்டால் இலேசாக பிஸ்கெட்டை தூக்கி விட்டு அடியில் நிறம் மாறியிருந்தால் எடுத்து விட வேண்டும். உடனடியாகத் தட்டைக் கரண்டியின் உதவியால் தூக்கி விட்டு, வேறு தட்டிற்கு மாற்றி விட வேண்டும்.

தாங்கள் கூறியுள்ளதைப் பார்த்தால் அதிக அளவு கொழுப்புச் சத்து உபயோகப் படுத்தியிருக்க வேண்டும். அடுத்ததாக மிகவும் அருகில் ஒன்றன் பக்கத்தில் ஒன்றாக அடுக்கியிருந்தால், ஒன்றோடொன்று ஒட்டிக் கொண்டு விடும். வேகும் நேரம் அதிகமானாலும் தூளாகி விடும் வாய்ப்பு உண்டு.

வி. மிருதுளா, வேலூர்.

அச்சு முறுக்குகளைப் பொரித்து எடுத்த மறுநாள் நமுத்து விடுகிறது. கடைகளில் கிடைப்பது போலவே சூடாக இருக்கும் போது இருக்கின்றன. பல நாட்களுக்கு மொறமொறவென்று இருக்க என்ன செய்ய வேண்டும்?

பொரிப்பதற்கு சூரியகாந்தி எண்ணெய் உபயோகப் படுத்தாமல் கடலை எண்ணெய் உபயோகப்படுத்தவும். சீக்கிரம் நமுத்துப் போகாது. மேலும் மிதமான தணலில் சிறிது நேரம் எண்ணெயில் வெந்தால்தான் கரகரப்பாக இருக்கும். அதிகத் தணலில் குறைவான நேரம் வெந்தால் மறுநாள் நமுத்து விடும். செய்து பார்த்து விட்டுப் பிறகு கூறவும்.

ஆர். உஷா ரமேஷ், கேரளா.

வெள்ளை முழுக் கடலை போன்றவற்றை எவ்வளவு வேக வைத்தாலும் சிறிது நேரத்திற்குப் பிறகு கெட்டியாக ஆகி விடுகிறது. இதைத் தவிர்க்க என்ன செய்யலாம்? பனீரும் ஸப்ஜியில் சேர்த்தபின் சில சமயங்களில் இப்படி ஆகிறது.

பயறு வகைகள், முழு கொண்டைக் கடலை போன்ற சுண்டல் வகைகளை குக்கரில் வேக வைப்பது நல்லது. அதிலும் அதன் மேல் தோல் வெடிக்கும் வரை வேக வைக்க வேண்டும். வேக வைத்துத் தண்ணீரை வடித்த பிறகு சுண்டல் போல தாளிப்பதானால் அதிகம் எண்ணெய் விட வேண்டாம். அதிக நேரம் அடுப்பில் வாணலியில் வதக்க வேண்டாம். நன்கு சூடாகும் வரை வதக்கி, கடைசியில் உப்பு சேர்த்து கலந்து

கல் உப்பு வைத்துள்ள ஜாடியில், கொஞ்சம் பச்சரிசியைத் தூவி வைத்தேன். உப்பு ஈரமாகி, கசிய வில்லை. பல நாட்கள் நன்றாக இருந்தது.

- ராதிகா அழகப்பன்.



இறக்க வேண்டும்.

அதிக நேரம் வதக்கினாலும், உப்பை முன்னமே சேர்த்து அதிக நேரம் கலந்து விட்டாலும், கண்டல் கெட்டிப்படுவதற்கான வாய்ப்புக்கள் அதிகம். மேலும் கெட்டியாக இருந்தால் சுலபமாக ஜீரணமாகாது. காஸ் தொந்தரவு வர அதிக வாய்ப்பளிக்கும். வேக வைக்கும் போதே சரியான பக்குவத்திற்கு வேகவைப்பது அவசியம்.

'பனீரை' எண்ணெயில் பொரித்தெடுத்த பிறகு இளம்சூடான தண்ணீரில் ஓரிரு நிமிடங்கள் போட்டு எடுத்தபின், ஸப்ஜியில் சேர்க்கவும். அப்போது கெட்டிப்படாது. பனீரை ஸப்ஜியில் சேர்க்கும் போது ஸப்ஜியில் ஓரளவு தண்ணீர்ப் பதம் இருந்தால் கெட்டியாகாது.

குக்கரில் காய்கறிகளை வேகவைக்கும் போது மேலாக இருக்கும் காய்கள் வெந்து அடியில் உள்ளது. முழுமையாக வேகாமல் போவது எதனால்?

பிரஷர் குக்கர் என்பது அதனுடைய பெயருக்கேற்ப அதிக அழுத்தத்தினால் வேக வைக்கிறது. பல இடத்தில் பலரைச் சந்திக்கும் போதும், பார்க்கும் போதும் கவனித்ததில் இருந்து கூறுகின்றேன். பிரஷர் குக்கரில் ஆவியானது மேலே வரும் போது, முதலில் உள்ளே உள்ள காற்றெல்லாம் வெளிவரும். பிறகு அதற்குள் நீராவியானது நிரம்பி விடும். அப்போதுதான் வெயிட் வைக்க வேண்டும். ஆவி வந்தும் வராததற்கு முன்பே பலர் வெயிட்டை வைக்கின்றனர். அது தவறு. அதைப் போல இருந்தாலும், தாங்கள் சொல்லியபடி மேலே வெந்து, கீழ்ப்பாகம் வேகாமல் போகலாம்.

அடுத்தபடியாக முதல் விசில் வந்த பிறகு (அப்போதுதான் முழு பிரஷர் வந்துள்ளது என அர்த்தம்) மிதமான தணலில் அவரவர் குக்கரின் தன்மைக்கேற்ப வேகவைக்க வேண்டும். அதிகத் தணலில் வைத்து உடனே உடனே அடுத்தடுத்து சப்தம் வந்தால், தாங்கள் கூறியபடி ஆகலாம். தாங்கள் எப்படிச் செய்கிறீர்கள் என்று கவனித்துப் பார்த்து சரிசெய்து கொள்ளவும்.

மைக்ரோ ஓவனில் இட்லி, தோசை, சப்பாத்தி போன்றவை செய்ய முடியுமா?

மைக்ரோவேவ் ஓவனில் இட்லி செய்ய முடியும். (இதற்கு முந்தைய மங்கையர் மலர் இதே கேள்வி-பதில் பகுதியில் எழுதியுள்ளேன். பழைய இதழ்களை எடுத்துப் படித்துப் பாருங்கள்) தோசை, சப்பாத்தி செய்ய இயலாது. நன்றாக வராது.

கேழ்வரகு சேமியா (ரெடிமிக்ஸ்) எந்த முறையில் செய்தாலும் சாஃப்டாக வர வில்லை. கவரில் போட்ட செய்முறைப்படி செய்தாலும் சரியாக வரவில்லை. அதை எப்படிச் செய்வது?

தாங்கள் எந்தக் கம்பெனியினுடையது வாங்கினீர்கள் என்று எழுதவில்லை. கேழ்வரகு சேவையைத்தான் சேமியா என்று கூறுகிறீர்கள் என நினைக்கிறேன். அதைக் கொதிக்கும் தண்ணீரில் போட்டு வடித்த பிறகு மறுபடியும் ஆவியில் 3 நிமிடங்கள் வேகவைத்தால்தான் நன்றாக வரும். செய்து பாருங்கள்.

என் பையனுக்கு வயது 3. எதையுமே சரியாகச் சாப்பிட மாட்டேன் என்கிறான். நல்ல பசி எடுப்பது போல கை வைத்தியம் ஏதாவது சொல்லுங்கள்?

கை வைத்தியத்தைப் பற்றி அதிகமாக எனக்கெதுவும் தெரியாது. பொதுவாக விளையாட்டு புத்தியில் இருக்கும் இவ் வயதுக் குழந்தைகள் சரியாகச் சாப்பிடுவது இல்லை என்பது எல்லா தாய்மார்களின் புலம்பல். அதைப் பற்றி பெரிதாக கவலைப்பட்டுக்

கொள்ள வேண்டாம்.

சாப்பிடவில்லை என்பதற்காக மத்தியில் பிஸ்கெட், சாக்லேட், ஐஸ்கிரீம்,கேக் என்று நொறுக்குத் தீனியைத் தராதீர்கள். அவை பசியைப் போக்கடித்து விடும். இரண்டு அல்லது மூன்று நாட்கள் அவர்கள் நச்சு செய்தாலும் பரவாயில்லை, என்று நன்றாகப் பசிக்க விட்டுப் பிறகு உணவைத் தாருங்கள்.

அவர்கள் எதையுமே சாப்பிடுவதில்லை என்று மற்றவர்களிடம் புலம்புவதை நிறுத்தி விடுங்கள். அதுவும் குழந்தைகளின் முன்னாலேயே மற்றவர்களிடம் ஃபோனிலோ, நேரிலோ சொல்லாதீர்கள். அதைப் பெரிய விஷயமாக எடுத்துக் கொள்ளாமல் விடுங்கள். அப்போதுதான் சரியாகும்.

நம்மை கவனித்துக் கொண்டே இருப்பவர்கள் குழந்தைகள். சாப்பிடாவிட்டால் தான் தாங்கள் அவர்களுக்கு அதிக முக்கியத்துவம் தருகிறீர்கள் என்று நினைப்பர். வேண்டுமென்றே செய்வார்கள். மனதைத் திடப்படுத்திக் கொண்டு, திட்டாமல், அடிக்காமல், டென்ஷன் ஆகாமல், உனக்கு எப்போது பசிக்கிறதோ அப்போது அம்மாவிடம் கேள், என்று சொல்லிவிட்டு உங்கள் வேலையைப் பாருங்கள்.

எல்லோரும் சாப்பிடும் போது டேபிளில் அவர்களுக்கும் ஒரு தட்டு வைத்துப் பரிமாறுங்கள். சிந்தினாலும், கொட்டினாலும், விளையாடினாலும் பொறுமையுடன் இருங்கள். தானாகவே சரியாகிவிடும்.

ரா. மஞ்சுளா, கடலூர்.

சாதம், உப்புமா, பொங்கல், சுண்டல் போன்றவைகளை குக்கர், பிரஷர் பானில் நேரிடையாக எப்படி வைக்க வேண்டும் என்பதைச் சொல்லுங்கள். வெயிட் போடணுமா? வேண்டாமா?

முடிந்தவரை சாதத்தை நேரடியாக வைக்க வேண்டாம். வேறு பாத்திரத்தில் வைப்பதே நல்லது. கொஞ்சம் ஏமாந்தாலும் அடிபிடித்து விடும். ஊறவைத்த சுண்டலை தண்ணீர் ஊற்றி நேரடியாக குக்கரில் போடலாம். வெயிட் வைத்து 6 அல்லது 7 விசில் வரும் வரை (சுண்டலின் தன்மைக்கு ஏற்ப) வேக வைக்கலாம். உப்பு சேர்க்க வேண்டாம். கெட்டிப்பட்டு விடும்.

உப்புமா, பொங்கல் போன்றவற்றை நேரடியாக பிரஷர் பானில் (அல்லது குக்கரில்) செய்யலாம். பொங்கல் செய்ய



சுவாமி படங்கள் வைக்கும் அலமாரியில், நல்ல பளபளப்பான கிஃப்ட் பேக் செய்யும் பேப்பர் ஒட்டினால், தீபாராதனை செய்யும் போது அழகாக இருக்கும்.

- ஆர். பார்வதி

இலேசாக வறுத்த அரிசி, பருப்பு சேர்த்து 1 ஆழாக்கு இருந்தால் 4 ஆழாக்குத் தண்ணீர் சேர்த்து, நேரடியாக பிரஷர் பானில் ஊற்றவும். சிறிது நெய் சேர்க்கவும் (பொங்கி வழியாமல் இருக்க உதவி புரியும்) கொதி வந்ததும் மூடியை மூடி வெயிட் வைத்து, மிதமான தணலில் ஒரே விசிலுக்கு அடுப்பை அணைத்து விடவும்.

ஒரு சில நிமிடங்கள் கழித்து மூடியைத் திறந்து உப்பு, நெய்யில் வறுத்த முந்திரி, மிளகு, சீரகம், கருவேப்பிலை, பெருங்காயம், இஞ்சி எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகச் சேர்த்து இலேசாகக் கலந்து விடவும். தண்ணீர் பற்றாவிடில் ¼ தம்ளர் பால் ஊற்றலாம். ருசியாக இருக்கும். அதிகம் கிளற வேண்டாம். குழைந்து விடும். சீக்கிரமாக வேலையும் முடிந்து விடும்.

பிரஷர்பானில் உப்புமா செய்தால் குறைந்த எண்ணெயில், ருசியான உப்புமா செய்யலாம். பானில் எண்ணெய் விட்டு சூடானதும், தாளிக்கும் பொருட்கள் சேர்த்து வறுபட்டதும் பச்சை மிளகாய், வெங்காயம் சேர்க்கவும். வெங்காயம் சிவந்ததும் ரவையைச் சேர்த்து ஒரு நிமிடம் கலந்து விடவும். 1 ஆழாக்கிற்கு 2¼ தம்ளர் தண்ணீரை தனியாக அடுத்த ஸ்டவ்வில் வைத்துச் சூடாக்கவும். கொதி வரும் போது எடுத்து, வறுபட்டுக் கொண்டிருக்கும் ரவையில் ஊற்றி உப்பு சேர்க்கவும். கலந்து விட்டு வெயிட் வைத்து, குறைந்த தணலில் ஒரே விசில் சப்தத்திற்கு அடுப்பை அணைத்து

விடவும். ஒரு சில நிமிடங்கள் கழித்து மூடியைத் திறந்ததும் கலந்து விட்டு பரிமாறவும். காய்கறிகள் சேர்ப்பதானால் வெங்காயத்தோடு சேர்த்து வதக்கலாம்.

முக்கியமாக கவனிக்க வேண்டியது என்னவென்றால் பெரிய ஸ்டவ்வில் குறைந்த தணலில் வைக்கவும். சிறிய பர்னர் உள்ள காஸ் ஸ்டவ்வில் வைக்க வேண்டாம். அடிப்பிடித்து விடும். ஏனென்றால் அதில் தணல் மத்திக்கு மட்டுமே வருகிறது.

டி. மகாலட்சுமி, கோவை.

கேரட்டை தோல் சீவித்தான் பயன்படுத்துகிறேன். அது சரியா?

கேரட்டில், மேல் தோலிற்கு அடியில் தான் அதிக வைட்டமின் சத்துக்கள் உள்ளன. அதனால் முடிந்தவரை ஃப்ரெஷ்ஷாக உபயோகப்படுத்தவும். மேலே உள்ள மண், அழுக்கு, பாக்டீரியாக்கள், கெடாமல் இருக்க ஸ்பிரே செய்யும் கெமிக்கல்கள், எல்லாவற்றையும் நீக்க, நன்றாகக் கழுவவும். முடிந்தால் ஒரு சிறிய பிளாஸ்டிக் பிரஷ் தனியாக வாங்கி வைத்துக் கொள்ளவும்.

அமெரிக்கா போன்ற நாடுகளில் வெஜிடபிள் கிளீனிங் பிரஷ் என்றே கிடைக்கிறது. நாம் துணிக்கு உபயோகப்படுத்தும் பிரஷ் போன்ற ஒன்றைத் தனியாக வாங்கிக் கொள்ளலாம். அந்த பிரஷ்ஷை உபயோகப்படுத்தி தேய்த்துக் கழுவுவதைப் பழக்கமாகக் கொள்ளவும். தோல் சீவாமல் அரிந்து சமைப்பதே நல்ல பழக்கம்.

திருமதி. லலிதா ராஜப்பா, சூளைமேடு.

எங்கள் வீட்டில் தண்ணீர் கலக்காத எருமைப் பால் வாங்குகிறோம். நன்கு காய்ச்சி ஆறியதும், ஃப்ரிட்ஜில் வைக்கிறேன். அப்போது 'திக்காக' ஏடு படிகிறது. அதைத் தயிராக்க உறை விடும் போது இலேசாக சூடு பண்ணுகிறேன். அப்போது 'திக்கான' ஏடு கொஞ்சம் தளர்ந்து விடுகிறது. அதனால் வெண்ணெய் அதிகம் வருவதில்லை. எருமைப்பாலில் அதிக அளவு வெண்ணெய் வர என்ன செய்ய வேண்டும்?

பொதுவாக பசும் பாலை விட எருமைப் பாலில் கொழுப்புச் சத்து அதிகம். அதனால் நன்றாக பாலேடு படிந்து வெண்ணெய் எடுக்க அதிகம் வர வேண்டும். இதைப் போல வெண்ணெய் எடுப்பதானால், பாலை பால் குக்கரில் காய்ச்சாமல் தனியே அடி கனமான பாத்திரத்தில் நன்றாகக் காய்ச்சவும். மேலே தட்டு மூடாமல் திறந்து வைக்கவும். அப்போதுதான் ஏடு படியும். மறுபடியும் இரண்டாவது தடவை குறைந்த தணலில் சூடாக்கி அடுப்பை அணைக்கவும். ஆறியதும் மூடியை மூடாமல் திறந்தே குளிர்சாதனப் பெட்டியில் வைக்கவும். அப்போதுதான் ஏடு நன்றாகப் படியும்.

தினமும் இதைப் போலப் படியும் பாலேட்டை ஒரு மூடி வைத்த பாட்டிலில் போட்டு ஃப்ரிட்ஜில் வைக்கவும். ஒரு வாரம் சேர்ந்ததும், அதில் சிறிது தயிர் விட்டு ஓரிரு மணி நேரங்கள் கழித்து வெண்ணெய் எடுக்கவும். தண்ணீரில் ஐஸ் கியூப்ஸ் சேர்த்து இந்த பாலேட்டைப் போட்டு பெரிய மிக்ஸி ஜாரில் விப்பரில், விட்டு விட்டு அடிக்கவும். முதலில் நன்கு கலந்த மாதிரி வந்து, பிறகு, வெண்ணெய் மேலே மிதக்கும்.

அதைத் தனியே கிண்ணத்தில் எடுக்கவும். முழு வெண்ணெயும் வராவிட்டால், மேலும் ஓரிரண்டு ஐஸ் துண்டங்களைப் போட்டுத் திருப்பினால் வெண்ணெய் திரண்டு வந்து விடும். எல்லாவற்றையும் கிண்ணத்தில் எடுத்து, ஒரு ஸ்பூன் கொண்டு நன்றாகக் கலந்து விட்டால், அதில் மீதி உள்ள தண்ணீர் வெளியே வந்து விடும். நல்ல வெண்ணெய் கிடைக்கும்.

கண்ணாடிகள் மீது பட்டிருக்கும் பெயிண்ட் கறையை நீக்க, சூடான வினிகரில் முக்கிய துணியால், அழுத்தித் துடைத்துப் பாருங்கள். கண்ணாடி மீண்டும் பளிச்!

- உஷா



இருபத்தைந்து வயதான மாலதி வேலைக்குப் போகத் தேர்வுக்குச் செல்கிறாள். அவளுக்கு ஆசை இருக்கும் அளவுக்குத் தன்னம்பிக்கையில்லை. ஐம்பத்தெட்டு வயதை நெருங்கும் பெருமாள் வேலையிலிருந்து ஓய்வு பெறப் போகிறார். கையில் கிடைக்கப் போகும் பணத்தை வைத்துக் கொண்டு, பிஸினஸ் பண்ண ஆசை; ஆனால் மனத்தில் தைரியம் இல்லை. பதினைந்து வயதான சித்ரா முதல் தடவையாக மாநில அளவில் செஸ் போட்டியில் பங்கு பெறப் போகிறாள். ஆனால் தன்னுடைய திறமை, கை கொடுக்குமா என்று ஒரு சந்தேகம்.

இப்படி ஒவ்வொருவருக்கும் தனது திறமையைப் பயன்படுத்திச் சாதிக்க வேண்டியதை முடிக்கும் சந்தர்ப்பம் நேரலாம். அப்போது தனக்குள் இருக்கும் சக்தியை முழுமையாக வெளியே கொண்டு வந்து, நினைத்ததை முடிக்க வேண்டிய அவசியம் ஏற்படுகிறது.

வடிவத்தைத் திட்டவட்டமாகக் கொடுப்பது தானே? அப்போது அதில் தெளிவும், உறுதியும் கிடைக்கும் அல்லவா?

இப்படி உருவம் கொடுத்து விட்ட செயல்முறையையும், உங்களுடைய சாதனைக் குறிக்கோளையும் 3"X5" அளவுள்ள சிறு கார்டுகளில் எழுதிப் பையில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள். எங்கே போனாலும், போகும் போது அடிக்கடி எடுத்துப் பார்த்துப் படியுங்கள். உங்கள் வழிமுறை தெளிவடையும். எப்படி முடியப் போகிறது என்பது பற்றி கவலையே வேண்டாம்.

படிப்படியாகச் சரியான வழியில் முன்னேறுவீர்கள். வெற்றிகரமாகத் தமது திட்டங்களை முடிக்கும் தொழிலதிபர்கள், மேல் நிலையில் உள்ள தலைமை அதிகாரிகள், பலரும் இதைப் பின்பற்றி இருக்கிறார்கள், சாதித்தும் முடித்திருக்கிறார்கள்; வெளியில் சொல்லிக் கொள்வதில்லை - அவ்வளவு தான்!

தத்துவ விஞ்ஞானி ஐன்ஸ்டீன் "அறிவைக் காட்டிலும் உயர்ந்தது கற்பனா சக்தி!" என்று கூறுகிறார்.

இதை எப்படிச் சாதிப்பது?

நான் குறிப்பிட விரும்பும் வழிகளைக் கடைப்பிடிக்க, ஒவ்வொரு படியாக மேலே ஏறுவோமே? வழியும் தெளிவாக இருக்கும்; வெற்றியும் நிச்சயமாகக் கிடைக்கும்.

நீங்கள் விரும்புவதைத் தெளிவாகவும், குறிப்பிட்டும் எழுதிக் கொள்வது :

உங்களுக்கு என்ன தேவை, நீங்கள் சாதிக்க விரும்புவது என்ன, என்பதனை படிப்படியாகத் தெளிவாக எழுதுங்கள்.

இப்படி எழுதும் போது, நம்முடைய எண்ணங்களுக்குத் திட்டவட்டமான எழுத்து வடிவம் கிடைக்கிறது. நமது மூளையில் இந்தச் செயல் வேகத்துக்குரிய இணைப்புகள் இயங்க ஆரம்பிக்கின்றன.

இப்படி எழுதுவது என்பது என்ன? விரும்புவதற்குத் தெளிவான, உருப்படியான

கே. ஆர். ராஜகோபாலன்

சித்தரித்துப் பார்ப்பது/உருவம் கொடுப்பது/வடிவமைப்பது

இந்தத் திறமை கடவுள் நமக்கு அளித்துள்ள வரப்பிரசாதம். மனோதத்துவ நிபுணர்கள் இப்படிச் சிந்தனைக்கு வடிவம் தரக் கூடிய சக்தி, மனிதனின் பலம் மிகுந்த ஆற்றல் என்று கருதுகிறார்கள்.

நம்முடைய உலகியலான அமைப்பில் தெளிவு கிடைக்க, எதற்கும் ஒரு வடிவம் கொடுத்துப் பார்ப்பது அவசியம். நாம் நினைப்பதைத் திரையில் பார்ப்பது போல, அப்போது அதற்கு ஒரு தெளிவு கிடைக்கும். மனத்தின் இந்தக் கற்பனா சக்தி அபாரமானது. அதை உபயோகித்துத்தான் பார்க்கலாமே? ஆராய்ச்சியில் ஈடுபடும் விஞ்ஞானிகள், கலைஞர்கள், வணிகத் துறையில் சாதனை படைத்தவர்கள், எழுத்தாளர்கள் ஆகிய பலரும் இந்த வழியில் ஈடுபட்டு வெற்றி அடைந்திருக்கிறார்கள்.

நெப்போலியன் "கற்பனா சக்தி உலகத்தை ஆளக்கூடியது" என்று கூறியிருக்கிறார்.

வில்லியம் பிளேக் இதைக் கடவுளின்

உங்களுக்குள்ளே ஓர் அதிசய ஊற்று!

'உதரம்' என்றே குறிப்பிடு கிறார்.

தத்துவ விஞ்ஞானி ஐன்ஸ்டீன் ''அறிவைக் காட்டிலும் உயர்ந்தது கற்பனாசக்தி!'' என்று கூறு கிறார்.

நம்முடைய அப்துல் கலா மும் "கனவு காணுங்கள்!" என்று இதையே கூறுகிறார்.

உலகம் "இதைச் சாதிக்கவே முடியாது!'' என்று கூறலாம். ஆனால் சாதனை முயற்சியில் ஈடு படுபவர் கட்டுப்பாடாக, உறுதி யுடன், கற்பனையை சரியான திசையில் செலுத்திச் சாதித்து விடுகிறார். அந்தச் சாதனை மற்றவர்களை வியக்கச் செய் கிறது!

"எனக்குக் கிடைக்காது" என்றும் "இது நடக்க முடி யாது" என்றும் எண்ணிக் கலங்கும் மனம், இப் போது தெளிவடை கிறது. நம்பிக்கையும், உறுதியும் உருவாகி, "இது நடக்க முடி யும்" என்றும் "இது எனக்குக் கிடைக் கும்" என்றும் "இது நிறை வேறிவிடும்'' என்றும் ஏற்றுக் கொள்ளக்கூடிய மனப்பாங்கு உருவாகி விடுகிறது.

நாம் எப்படி வாழ விரும்புகிறோம்? இதைக் கற்பனையில் சித்திரமாக உருவ மைத்துப் பாருங்கள். அதற்குத் திட்ட வட்டமான வடிவ மும், படிப்படியான வழிகளும் புலப் படும். முடிவாக வெற்றி பெற அது பெரிதும் உதவும்.

உறுதியான உடல் அமைப்புப் பெற்றுச் சாம்பியன்

நீங்கள் பகற்கனவு காணும் பழக்கம் உள்ளவராக இருந்தால், இந்த நடைமுறையின் அபார சாத்தியக்கூற்றை எளிதாகவே மேற்கொண்டு நினைத்ததை அடைய முடியும்.

ஆக விளங்கிய அர்னால்ட் ஸ்வார்ஸிகர் இப்படிக் கூறுகிறார் :

"என்னுடைய மிக இளம் வயதிலேயே நான் விரும்பியதையும், அதை அடைவதையும் கற்பனை செய்து பார்த்ததுண்டு. அதை ஒருபோதும் நான் சந்தேகப்பட்டு நம்ப மறுத்ததில்லை. மனத்தின் சக்தி நாம் கணித்துப் பார்க்க இயலாத அளவு உறுதியானது. எனக்கு உலகத்தின் சிறந்த ஆண் அழகன் என்ற பட்டம் கிடைப்பதற்கு முன், அதை நான் பெற்று விட்டதாகவே எண்ணிக் கொண்டேன். பலமுறை எனக்கு அந்தப் பட்டம் அளிக்கப்பட்டிருப்பதாக நினைத்துக் கொண்டேன். நிச்சயமாக அதை அடைய முடியும் என்ற உறுதி எனக்கு ஏற்பட்டது. அதே போலத் திரை உலகில் நான் கால் பதித்த போது, நான் ஒரு சாதனை புரிந்து விட்ட நடிகனாக என்னைக் கருதிக் கொண்டேன். நிறையச் சம்பாதித்துக் குவித்து விட்டதாக எண்ணிக் கொண்டேன். வெற்றியை என்னால் உணர்ந்து அனுபவிக்கவும் முடிந்தது. அது நிச்சயமாக ஈடேறும் என்ற நம்பிக்கையும் பிறந்து விட்டது!"

சில சமயங்களில் சிறு கரப்பான் பூச்சிகள் ப்ரிஜ்ஜிக்குள் சென்று விடுகின்றன. 'ப்ரிஜ்'ஜை துடைக்கும் போது பச்சைக் கற்பூரம் கலந்த தண்ணீரினால் துடைத்தால் பூச்சி வருவதில்லை.

- கீதாஞ்சலி ரகுராமன்.



அரிஸ்டாட்டல் ஒனாஸிஸ், தான் எப்போதும் தொடர்ந்து கனவு காண்பவராகத் தன்னை வர்ணித்துக் கொள்வார். தான் முதன் முதலாக ஒரு கப்பலை வாங்குவதற்கு முன், பலமுறை அதைக் கற்பனையிலேயே கண்டு அனுபவித்து விட்டதாக அவர் சொல்லுவார். வரிசையாக என்னெண்ணக் கப்பல்கள் பலவற்றையும் தான் பெற்று நடத்துவதாக, அவற்றைப் பெறுவதற்கு முன்பே கற்பனை செய்து பார்த்திருக்கிறார்.

உடல் வலிமையையும், ஆரோக்கியத்தையும் அளிக்கும் பயிற்சிகளைச் சொல்லித் தரும் புகழ்பெற்ற ஆசிரியர் ஜாக்-லா-லேன், தன்னைப் பலமில்லாத நோஞ்சானாகக் கற்பனை செய்து கொண்டு, அதிலிருந்து படிப்படியாக ஆரோக்கியம் மிகுந்த பலசாலியான இளைஞனாகக் கற்பனை செய்து பார்த்துக் கொண்டவர். அது கடைசியில் உண்மையாகி விட்டது!

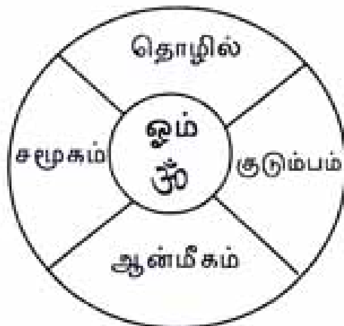
நீங்களும் உங்களுக்குச் சக்தியைப் பொங்கி எழச் செய்யும் இந்த நடைமுறையைப் பின்பற்றலாம். நீங்கள் பகற்கனவு காணும் பழக்கம் உள்ளவராக இருந்தால், இந்த நடைமுறையின் அபார சாத்தியக்கூற்றை எளிதாகவே மேற்கொண்டு நினைத்ததை அடைய முடியும். மனத்தின் உள்ளே ஆழ்ந்து புதைந்து கிடக்கும் சக்தி இது. அதுவே இவ்வாறு உருவமாக வெளிப்படுகிறது.

அதிர்ஷ்டச் சக்கரம்

இந்த அதிர்ஷ்டச் சக்கரம் என்ற எளிய வழிமுறை உங்கள் கற்பனையைச் சுறுசுறுப்பாக வேலை செய்ய வைக்கிறது. ஒரு பெரிய எழுத்துப் பலகையில், முழுவதும் அடைக்கும் படி ஒரு சக்கரத்தை வரையுங்கள். அதன் மையத்தில் உங்களை ஒருநிலைப்படுத்தக் கூடிய ஆன்மீக வடிவம் ஒன்றை - 'ஓம்' என்பதைப் போல - அமையுங்கள்; உங்கள் குலதெய்வத்தின் படத்தையும் அமைக்கலாம். இந்த நடு வட்டத்தின் அடியில் 'தெய்வீகமான அறிவுத்திறன் (அல்லது எல்லாம் வல்ல

இறைவன்) என் வாழ்க்கையை நடத்துகிறார். இப்போது நான் கடவுளின் ஆணைப்படி அடி பணிந்து ஏற்று நடக்கிறேன். அவர் காட்டும் வழியும், அளிக்கும் அறிவுரைகளும் எனக்கு வழி காட்டும்" என்று எழுதுங்கள். இதுவே அதிருஷ்டச் சக்கரத்தின் மையக் கருவாக விளங்கும். இதுவே இந்தக் கருத்தின் அச்சாணியைப் போன்றது.

இந்த உட்பகுதியிலிருந்து வட்டத்தின் வெளி விளிம்பிற்கு நான்கு கோடுகளை வரையுங்கள். இப்படி நான்கு கூறுகளாக இதைப் பிரித்த பின் ஒவ்வொரு பகுதியிலும், தொழில் அல்லது உத்தியோகம், குடும்பம், ஆன்மீக வழி, சமூகம் மற்றும் பொழுது போக்கு அம்சம் என்று பெயரிடுங்கள். நீங்கள் நாடும், விரும்பும் வெற்றியைக் காட்டும் சித்திரத்தை, அந்தந்தப் பகுதியில் ஒட்டுங்கள். உங்களுடைய வாழ்க்கையில் நீங்கள் நாடும் வெற்றி அம்சத்துக்கு இப்போது வடிவம் கிடைத்து விட்டது.



• அதிர்ஷ்டச் சக்கரம்

இந்தச் சக்கரத்தையும், அதில் உள்ள படங்களையும் தனியாக ஓர் இடத்தில், நீங்கள் அமைதியாக அமர்ந்து பார்க்கும்படி வைத்துக் கொள்ளுங்கள். தினமும் இதை உற்றுக் கவனித்து வந்தால், உங்கள் மனத்தின் உருவாக்கும் சக்தி உயர்வடையும். அது உங்கள் முன்னேற்றத்துக்காக வேலை செய்யும்.

நெப்போலியன் இந்த அதிருஷ்டச் சக்கர முறையைப் பின்பற்றி, பல போர்களிலும் வெற்றி பெற்று, உலகப் புகழை அடைந்திருக்கிறான். ஒரு பெரிய வரைபடத்தை மாட்டி வைத்து, அதில் தன்னுடைய படை ஏற்க வேண்டிய பொறுப்பைப் பலவித வர்ணக் கொடிகளால் காட்டி, பல மாதங்கள் முன்னதாகவே வெற்றியைத் திட்டமிட்டிருக்கிறான். தான் விரும்புவதையும், செயல் முறைத் திட்டத்தையும் எழுதி வைத்து, அந்த அடிப்படையில் தான் செய்ய வேண்டியதைத் திட்டமிட்டு, தனது கற்பனைக்கு உருவம் தருவதில் வெற்றி அடைந்திருக்கிறான்.

நெப்போலியன் இந்த அதிருஷ்டச் சக்கர முறையைப் பின்பற்றி, பல போர்களிலும் வெற்றி பெற்று, உலகப் புகழை அடைந்திருக்கிறான்

சரித்திர நிபுணர்கள், அவன் திட்டம் போட்ட விதத்தை விவரித்திருக்கிறார்கள். ஒவ்வொரு படை அணியும் செல்ல வேண்டிய தூரம், திசை, வெவ்வேறு பகுதிகள் ஒன்றாக வந்து சேர்ந்து அணிதிரளும் விதம், இவற்றுக்குரிய உத்தரவுகள், ஆகிய யாவற்றையும் இரண்டு மாதங்களுக்கு முன்பே அவனால் திட்டமிட முடிந்திருக்கிறது. அதே போல எதிரி அணிகள் வரும் தூரம், நேரம், சந்தித்துப் போரிட வேண்டிய இடம், எதிரிகள் செய்யக்கூடிய பெருந்தவறுகள் ஆகியவற்றையும் அவ்விதமே அவனால் முன்கூட்

ஒன்றுக்குள் ஒன்றாகப் போடப்பட்டு வைத்த தம்ளர்களை சுலபமாக வெளியே பிரித்தெடுக்க முடியவில்லையா? ப்ரீசரில் மூன்று மணி நேரம் வைத்து எடுத்து லேசாகப் பிரித்தாலே ஈஸியாக வந்து விடும்.

— உஷா



டியே கணிக்க முடிந்திருக்கிறது.

இவ்வளவு திட்டத்தையும் போர்க் களத்துக்கு அறுநூறு மைல்கள் தொலைவில் இருந்தே அவன் திட்டமிட முடிந்திருக்கிறது. ஆனால் வெற்றியையும், வளமான எதிர் காலத்தையும் அளிக்கவல்ல இந்தச் சக்தியை அவன் தவறாக அழிவுப் பாதையில் கொண்டு போனதால்தான், பெருந்தோல் வியை வாட்டர்லூ போர் முனையில் சந் திக்க நேர்ந்தது.

நாம் பார்க்க வேண்டிய இந்தப் படங் களை ஒரு சிறு நோட்டுப் புத்தகத்தில் வரி சையாக ஒட்டி, அடிக்கடி பார்த்துக் கொண் டிருந்தாலும் உரிய பலன் கிடைக்கும்.

உறுதி மொழிகளால் நிச்சயப்படுத்திக் கொள்வது

நம்மில் பலருக்கும் நாம் திடமான மன உறுதியுடன், தைரியமாக நம் குறிக்கோளை வாய்விட்டுச் சொல்லி, நமக்கு நேரக்கூடிய தடைகளை விலக்கி, வெற்றி பெறலாம் என்பது தெரியாது. நம்மை நாமே இவ்விதம் பலப்படுத்திக் கொள்வது, நமது வெற்றி இலக் கைச் சுற்றி ஒரு கோட்டையாக அமையும் என்பதே உண்மை. திரும்பத் திரும்ப நாமே நமக்கு எடுத்துக் கூறி, உறுதிசெய்து கொள் வது (இது பிரார்த்தனையாகவோ, தனக் குத்தானே ஆணை இட்டுக் கொள்வ தாகவோ அமையலாம்) எளிய முறையில் நம்முடைய முயற்சியை வெற்றி அடையச் செய்கிறது.

உறுதியாகச் சொல்வது (AFFIRM) என்பது, உறுதிப்படுத்திக் கொள்வது (TO MAKE FIRM) என்ற முடிவுக்கு ஆதாரமானது. மீண்டும் மீண்டும் நமக்குக் கிடைக்கக்கூடிய நன்மை களை நமக்கு நாமே எடுத்துச் சொல்லிக் கொள்வதும், நமக்குத் தேவை இல்லாத வற்றைப் பேசாமல் விட்டு விடுவதும், நமது மனோதிடத்தை உறுதிப்படுத்தும்.

நமது முன்னோர்கள் இவ்வாறு சப்தம் விளைவிக்கக்கூடிய சக்தியின் மகிமையை உணர்ந்திருந்தார்கள். நமது வாக்கில் வெளிப் படும் சொல்லுக்கு மகத்தான பலமும் வீரிய மும் இருந்ததையும், வார்த்தைகளை அதற் கேற்ப முறையாக வரிசைப்படுத்தி உச்சரிப் பதன் மூலம், மிகுந்த சக்தி கொண்ட இயக் கும் சக்தியை நினைத்தபடி பிரயோகிக்க முடியும், என்பதையும் அவர்கள் உணர்ந் திருந்தார்கள்.

இதை நாம் எந்த இடத்திலும், எந்த நிலை யிலும், காரை ஓட்டும் போதும், டாக்டரிடம் மருத்துவ ஆலோசனைப் பெறக் காத்திருக் கும் போதும், அலுவலகத்தில் ஒரு சந்திப்பை எதிர்பார்த்திருக்கும் போதும், தூங்குவதற்கு முன் படுத்திருக்கும் போதும் கூட, பிரயோ கம் செய்து பயன் பெற முடியும். நாம் நமக்கு என்ன கிடைக்க வேண்டும் என்று நினைக் கிறோமோ, அதை ஒரு வாக்கியமாக அமைத் துக் கொண்டு, திரும்பத் திரும்பச் சொல்லி உறுதிப்படுத்திக் கொள்வதே இந்த முறை.

உதாரணமாக, "எனக்கு எல்லாம் இருக் கிறது" என்றோ, "எனக்கு நான் விரும்பும் உத்தியோகம் நிறைவான சம்பளத்துடன் கிடைத்திருக்கிறது" என்றோ, "என்னால் தெளிவாகவும், பலன் தரக்கூடிய விதமாகவும் பேச முடியும்" என்றோ சந்தர்ப்பத்துக்கு ஏற்ப, தேவைக்கு ஏற்ப, எடுத்துக் கூறி வெற்றி கரமாகச் சாதிக்க முடியும்.

இப்படித் தனக்குத்தானே உறுதிசெய்து கொள்வதில் ஓர் அதிசயமான பின்னணி உண்டு. இதற்காக அவை நமக்கு நிச்சயமாகக் கிடைத்துவிடும் என்று ஆரம்பத்தில் நம்பக் கூட வேண்டாம். ஆனால் நம்முடைய எண் ணம் இயல்பாகவே சரியான, வலுவான எண்ணங்களை நம்முடைய உணர்வில்

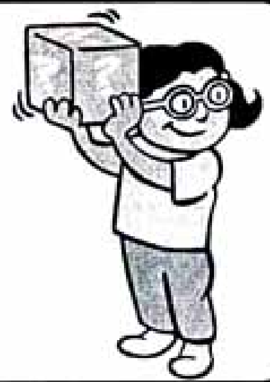
சில நாட்கள் முன்பு செடிகள் உள்ள தொட்டியில் ஒரே நெருப்பு எறும்பு மயமாக இருந்தது. அப்பொழுது வீட்டில் இருந்த லக்ஷ்மண் ரேகா (கரப்பான் பூச்சி, எறும்புத் தொல்லைகளுக்குப் போடுவோமே அதுதான்) சாக்பீஸ் கட்டியை எடுத்து மண்ணிற்கு மேல் தொட்டியின் ஓரத்தில் வட்டமாகக் கோடு இழுத்தேன். கால் மணி நேரத்தில் எல்லா எறும்புகளும் காலி. இப்பொழுது செடிகள் செழித்து நன்றாக வளர்கின்றன.

- திருமதி ஆர்.எஸ். ராமு



குழந்தைகள் வீடெங்கிலும் குப்பையை இறைக்கிறார்களா? எடுங்கள் ஒரு காலி அட்டைப் பெட்டியை. அதைச் சுற்றி அவர்களையே கலர் பேப்பர் ஒட்டச் சொல்லுங்கள். அதில் க்ரேயானால் அவர்கள் இஷ்டம் போல் வரையச் சொல்லுங்கள். அவர்களுடைய 'டிசைனர் குப்பைக் கூடை' ரெடி! இனி, அவர்களை அதிலேயே குப்பைகளைப் போடச் சொல்லி பழக்குவது மிகவும் சுலபம்!

- உஷா



சேர்த்து விடும். இப்படி ஏற்படும் விழிப்புணர்வை மேன்மேலும் வலுப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். சொல்லும் வாக்கியங்கள் சுருக்கமாக இருந்தால் நல்லது.

இதற்கு மிகச் சிறந்த முறை, தினமும் காலையிலும் மாலையிலும் இரண்டு அல்லது மூன்று நிமிடங்கள் சொல்லிக் கொள்வதே ஆகும். அப்போது மனம் நிச்சலனமாக, தெளிவாக, 'ஆல்ஃபா' நிலையில் இருக்கும்.

இப்படி எடுத்துச் சொல்லி உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளும் போது, கூடியவரை நமக்கு நாமே நம்பிக்கை அளித்துக் கொள்ளக்கூடிய விதமாக, அதை உண்மை என்றே கருதி உணர வேண்டும். சில நிமிடங்களாவது, தற்காலிகமாகவாவது, நம்முடைய அவநம்பிக்கையையும், சந்தேகங்களையும், தயக்கத்தையும் கைவிட்டு விட வேண்டும். முழுமையாக நம்பி, மனத்தளவிலும், உணர்ச்சிபூர்வமாகவும் அதில் ஈடுபட வேண்டும். சம்பிரதாயமாக உறுதிமொழியைச் சொல்லிக் கொண்டிராமல், மனப்பூர்வமாக உணர்ந்து, நம்மால் அதைச் சாதிக்க முடியும் என்றும், அதற்குரிய சக்தி நம்மிடம் உள்ளது என்றும் நம்பி ஈடுபட வேண்டும். (மெய்யாகவே இது உங்களிடம் இருக்கிறது). எவ்வளவு தூரம் உறுதியான பலன் கிடைக்கும் என்பது இந்த ஈடுபாட்டைப் பொறுத்தே அமையும்.

முன்கூட்டியே எல்லாம் வல்ல இறைவனுக்கு, ஜகத்தைச் சிருஷ்டி செய்த கடவுளுக்கு நன்றி கூறுவது

இதன் மூலம், நாம் நமக்கு விரும்புவது கிடைக்குமோ என்ற சந்தேகம் இல்லாமல், நம்மைப் படைத்த இறைவனின் சக்தியில் உறுதியாக நம்பிக்கை வைத்து, நாம் விரும்புவதை அவர் அருளுவார் என்று எண்ணிப் பிரார்த்தனை செய்கிறோம். அசைக்க முடியாத இந்த நம்பிக்கை, நம்முடைய விருப்பத்துக்குச் செயல் வடிவம் கொடுத்து, நாம் பழகும் இந்த உலகில் நாம் ஏற்கும் விதமாக வெற்றிகளை அளித்து விடும். அது நாம் எதிர்பார்ப்பதை விடச் சிறந்ததாகவும், மேலானதாகவும் அமையும்.

மேலே சொன்ன நான்கு வழிகளில் நமது மனத்தில் குவியும் கருத்துக்களுக்கு, அவற்றைத் தொடர்ந்து உரிய முறையில் உடனே காரியத்தில் ஈடுபடுவது அவசியம்

இந்த முயற்சியில் கடைசி அம்சமாக இருந்தாலும், இதுவே மிக முக்கியமானது. நமக்குக் கிடைக்கும் விடை வெவ்வேறு விதமாக அமையலாம். அவற்றை நாம் சூசகமாக அடையாளம் கண்டு செயல்பட வேண்டும். உதாரணமாக நமக்கு இவற்றைத் தொடர்ந்து மேற்கொள்ளும் நடவடிக்கையாக, யாரையாவது உடனே சந்தித்துத் தொடர்பு கொள்ள வேண்டும் என்றோ, குறிப்பிட்ட புத்தகம் அல்லது பத்திரிகையைப் படித்துத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும் என்றோ, குறிப்பிட்ட இடத்துக்குப் போக வேண்டும் என்றோ, ஓர் உந்துதல் ஏற்படலாம். அவை நமக்குப் பொருந்தாததாகவோ, சம்பந்தமில்லாததாகவோ தோன்றினாலும், உடனே ஏற்றுச் செயல்படுங்கள்.

காலம் காலமாகக் கடைப்பிடிக்கப்பட்டு வந்த இந்த நடைமுறை, வெற்றிகளைத் தேடித் தந்திருக்கிறது பலருக்கு. நினைக்காத அளவுக்குச் செல்வம் குவிந்திருக்கிறது; உத்தியோகத்தில் உயர்குறிகளை எட்டி இருக்கிறார்கள்; உறவு முறைகளில் சிக்கல்கள் தீர்ந்திருக்கின்றன; தீராத நோய்களிலிருந்து முற்றிலுமாகக் குணம் அடைந்திருக்கிறார்கள்!

தமிழ் வடிவம் :

எஸ். லட்சுமி சுப்பிரமணியம்



• டாக்டர் கல்பனா சாவ்லா



• ஐஸ்வர்யா ராய்





• இந்திரா காந்தி

1. திருமதி இந்திரா காந்தி :

1964ம் ஆண்டு வரை நாடாளுமன்ற உறுப்பினராகக் கூட இல்லாத திருமதி இந்திரா காந்தியை பாரதப் பிரதமராக அமர்த்த வழிவகுத்தார் தலைவர் காமராஜ். முதிய தலைவரான மொரார்ஜி தேசாயுடன் போட்டியிட்டு 1966ம் ஆண்டு ஜனவரி 24ம் தேதி பிரதமராகத் தேர்வு பெற்றுப் பதவி ஏற்றார். உலகப் புகழ்பெற்ற பாரதப் பிரதமராக விளங்க அதுவே திருப்பு முனையாக அமைந்தது.

2. லதா மங்கேஷ்கர் :

1940ம் ஆண்டு மராத்தி மொழிப் படங்களில் சிறு பெண்ணாகக் குரல் கொடுத்து வந்தவர். 1948ம் ஆண்டு முதன் முதலாக இசை அமைப்பாளர் நௌஷாத் .அவரை 60 ரூபாய் சன்மானம் கொடுத்து 'சாந்தினிராத்' இந்திப் படத்தில் பாட வைத்தார். பின்னணி இசை உலகில் புது நட்சத்திரம் ஒளி வீசத் தொடங்கிற்று.

3. கிரண் பேடி :

1972ம் ஆண்டு முதல் பெண் ஐ.பி.எஸ். அதிகாரியாகத் தேர்வு பெற்று வந்தவர். 1994ம் ஆண்டு திஹார் ஜெயிலில் கைதிகள் மனம் திருந்த, போலீஸ் அதிகாரியாக இருந்து அவர் ஆற்றிய தொண்டு, மக்ஸேஸே விருது கிடைக்கச் செய்தது. இன்று ஐநாவில் முதல் இந்தியப் பெண் போலீஸ்

• கிரண் பேடி

சாதனை புரிந்த





• லதா மங்கேஷ்கர்

பெண்மணிகள்!

அதிகாரியாக இடம் பெற அதுவே வழிவகுத்தது.

4. பி.டி. உஷா :

கேரளாவில் பாய்யோளி என்ற ஊரில் பிறந்த இந்த ஓட்டப் பந்தய வீராங்கனைக்கு 'பாய்யோளி எக்ஸ்பிரஸ்' என்று ஒரு அடைமொழியும் உண்டு. இருபத்து மூன்று ஆண்டுகளாக ஓட்டப் பந்தயங்களில் பங்குபெற்று 101 பதக்கங்களை உலகெங்கும் வென்று குவித்த ஒரே இந்தியப் பெண்மணி. 1978ம் ஆண்டு கொல்லம் தேசிய விளையாட்டுப் போட்டிகளில் ஐந்து மெடல்கள் பெற்றது இந்த நீண்ட ஓட்டத்தின் முதல் அடியாக அமைந்தது.



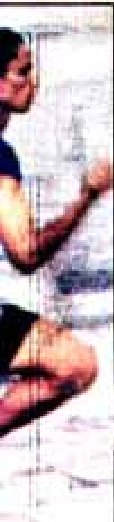
• டி.கே. பட்டம்மாள்

5. டாக்டர் கல்யாணி :

தமிழ்நாட்டின் முதல் மருத்துவப் பட்டம் பெற்ற பெண்மணியாகத் திகழ்ந்தவர் டாக்டர் கல்யாணி. மகப்பேறு மருத்துவத்தில் தனது 83வது வயது வரை பணிபுரிந்தவர். குழந்தையாக இருந்தபோதே கணவரை இழந்தவர், வாழ்க்கையில் புதிய ஒளியை நாடி, தந்தை கொடுத்த ஊக்கத்தால் மருத்துவப் பட்டப்படிப்பில் அடியெடுத்து வைத்தார். புதிய, ஒளி மிகுந்த வாழ்க்கைக்கு அதுவே மருந்தாக அமைந்தது.



• மங்களா கேல்லே





• டாக்டர் கல்யாணி

• பி.டி. உஷா

6. டாக்டர் கல்பனா சாவ்லா :

ஹரியானாவில் கர்நாலில் படிக்கத் தொடங்கிய கல்பனா சாவ்லாவிற்கு விமானத்தில் பைலட்டாகப் பறக்கக் குழந்தைப் பருவத்திலிருந்தே ஆசை. பஞ்சாப் பொறியியற் கல்லூரியில் 1982ம் ஆண்டு விமானப் பொறியியல் பட்டப் படிப்பில் தேறிய முதல் பெண்மணி இவர். அமெரிக்காவில் மேற்படிப்புப் படிக்க விரும்பிய அவர், பிரெஞ்சு விமான இயல் படிப்பு நிபுணரான ஹாரிஸனை மணந்தார். 1994ம் ஆண்டு அமெரிக்காவில் 'நாஸா' விண்வெளிப் பயணத்துக்காகத் தேர்வு வைத்த போது 2962 பேரில் தேர்வு பெற்ற 19ல் ஒருவராக வந்தார். முதல் விண்வெளிப் பயணத்துக்கு அதுவே திருப்புமுனையாக அமைந்தது. இரண்டாவது தடவையாக விண்வெளிப் பயணத்தில் ஃப்ளைட் என்ஜினியர் ஆகப் பங்கேற்ற போதுதான் உலகமே அதிர்ச்சியடையும் வகையில் அவர், குழுவுடன் வந்த விண்கலம் விழுந்து நொறுங்கியது.

7. ஐஸ்வர்யா ராய் :

கர்நாடகத்தில் மங்களூரில் பிறந்தவர். மாடலிங் செய்யும் பெண்ணாகத் தேர்வு பெற்று 1994ம் ஆண்டு 'மிஸ் உலக அழகி' பட்டம் பெற்றார். திரை உலகில் கால் பதிக்க அதுவே திருப்புமுனையாக அமைந்தது. சமீபத்தில் அனைத்துலக அளவில் பேசப்பட்ட வெற்றிப் படம் 'தேவதாஸ்'. அதில் கதாநாயகியாக நடித்து அமெரிக்கத் தயாரிப்பாளர்களின் கவனத்தைக் கவர்ந்தார். இப்போது அமெரிக்கத் திரை உலகில் ஒளிவீசப் போகும் முதல் இந்தியப் பெண் நட்சத்திரம் அவர்.

8. டி.கே. பட்டம்மாள் :

காஞ்சிபுரத்தில் ஆசாரம் மிகுந்த தீட்சிதர் குடும்பத்தில் பிறந்த டி.கே. பட்டம்மாள் தமது ஏழாவது வயதிலேயே காஞ்சி சங்கராச்சாரிய சுவாமிகள் முன்னிலையில் சுலோகங்கள் பாடியவர். 1933ம் ஆண்டு மேடை ஏறிப் பாடிய முதல் பிராமணப் பெண்மணி அவர். 1938ல் 'தியாகபூமி' படத்தில் பின்னணி இசை பாடிய முதற் பெண்மணி. தைரியமாக மேடை ஏறிச் செய்த முதல் கச்சேரியே, கர்நாடக இசை உலகில் முத்திரை பதிக்கத் திருப்புமுனையாக அமைந்தது.

9. மங்களா கேவ்லே :

மகாராஷ்டிரத்தில் தாராவிப் பகுதியில் பிறந்து வளர்ந்த தலித் பெண்மணி. தந்தை பந்தயங்களில் சம்பளத்தைத் தொலைத்து விடும் பழக்கம் கொண்டவர். படிக்க ஆசை இருந்தும் வசதி இல்லை. தாய்வழிப் பாட்டனார் உதவியால் பட்டப் படிப்புப் படித்துச் சட்டப் படிப்பிலும் சிறப்பாகத் தேறினார். அதன் விளைவாக மகாராஷ்டிரா வங்கியில் வேலையும் கிடைத்தது. 45 வயதான மங்களா இன்று ஒரு பாங்க் மானேஜர். படிப்பதற்குப் பட்ட சிரமம் அவரை 'ஜகாய்ச்சே பிரத்யேக் செகண்ட்' (வாழ்க்கையின் ஒவ்வொரு விநாடியையும் அனுபவித்து வாழ விரும்புகிறேன்) என்ற புத்தகத்தை எழுத வைத்தது. அதன் மூலம் மகாராஷ்டிரா தலித் சாகித்ய அகாடமி அவார்டு பரிசும் கிடைத்தது. 1991ம் ஆண்டு விபத்தில் மரணம் அடைந்த அவர் கணவர் டாக்டர் யஷ்வந்தும், 'பூட்பாலீஷ்' போட்டுப் பணம் சம்பாதித்துப் படித்து, டாக்டர் பட்டம் பெற்றவர்.

தொகுப்பு : **எஸ்.எல்.எஸ்.**

கோவிலுக்கு நான் செல்லும் போது ஒரு சின்ன கவர் அல்லது சிறிய டப்பாவை எடுத்துச் செல்வேன். பிரசாதம் கொடுத்தால் அதில் வாங்கிக் கொள்வேன். கையில் வாங்கி சாப்பிடவும் முடியாமல், கையில் வைத்துக் கொண்டு கோயிலைச் சுற்றவும் கஷ்டமாக இருப்பதால் இந்த ஏற்பாடு.

- என். விஜயலெட்சுமி.





சுயதொழில் துவங்கி உங்கள் எதிர்காலத்தை உருவாக்க புதிய பரிமாணங்கள் கதர் கிராமத் தொழில் ஆணைக்குழுவின் விளிம்புத் தொகை திட்டம்

நீங்கள் கிராமப்புறத்தில் சுயமாக தொழில் துவங்க ஆர்வம் உள்ளவரா?

ஆம் எனில் விளிம்புத் தொகை திட்டத்தின் கீழ் சுயதொழில் ஆரம்பிக்க தேசிய மயமாக்கப்பட்ட வங்கிகள் மற்றும் கூட்டுறவு வங்கிகளில் கடன் வசதி பெறலாம்.

தனிநபர் / நிறுவனங்களுக்கு
ரூ.25.00 இலட்சம்
வரை கடனுதவி

ரூ.10.00 லட்சம் வரை திட்ட மதிப்பீட்டில் **25%** விளிம்புத்தொகை (மான்யம்) தரப்படும். ரூ.10.00 இலட்சத்திற்கு மேல் ரூ.25.00 இலட்சம் வரை திட்ட மதிப்பீட்டில் **10%** விளிம்புத் தொகை (மான்யம்) வழங்கப்படும். மகளிர், தாழ்த்தப்பட்டோர், மலைவாழ்வோர், சிறுபான்மையினர் போன்ற குறிப்பிட்ட தரப்பினருக்கு **30%** வரை விளிம்புத்தொகை **(மான்யம்)** வழங்கப்படும்.

விவரங்களுக்கு :

உங்கள் மாவட்டத்திலுள்ள உதவி இயக்குநர் அலுவலகம்,
கதர் கிராமத்தொழில் வாரியம் மற்றும் மாநில இயக்குநர்,
கதர் கிராமத்தொழில் ஆணைக்குழு, சென்னை-8ஐ தொடர்பு கொள்ளவும்.

தலைமைச் செயல் அலுவலர்
தமிழ்நாடு கதர் கிராமத் தொழில் வாரியம், குறளகம், சென்னை-600 108
தொலைபேசி : 5340761 / 5340462

தரமான தேன் மற்றும் குளியல் / சலவை சோப்புகளுக்கு
வருகை தாரீர் காதிகிராப்ட்.

Visit us at : www.tn.gov.in

செ.ம.தொ.இ/1402/வரைகலை/2002



பார்வை போனாலும் டாக்டரானேன்!

திருமதி உஷா நாகராஜன், கல்கத்தாவில் உள்ள நேஷனல் மெடிக்கல் கல்லூரியில் மருத்துவப் படிப்பை முடிக்கும் சமயத்தில் 'டையபடிக் ரெடினோபதி' என்ற கோளாறினால், திடீரென இரு கண்களின் பார்வையையும் இழந்தார். உலகமே இருண்டு விட்ட நிலையில், கதிகலங்கிப் போனவளை, பெற்றோரும், ஒரு சமூக சேவகரும் ஊக்குவித்து 'ப்ரெயில்' முறையைப் பயிலச் செய்தனர்.

அவரது படிப்பிற்கு மதிப்பளித்து, திருப்பத்தூரில் உள்ள ஸ்வீடிஷ் மிஷின் ஹாஸ்பிடலில் கண் பார்வையற்ற குழந்தைகளுக்கு சுகாதாரத்தைப் பற்றிக் கற்பித்து வரும் வாய்ப்பைத் தந்தார்கள். இழந்த நம்பிக்கையை மெதுவாகப் பெறத்-தொடங்கியதும், மருத்துவ உலக விஷயங்களை ஆடியோ காஸட்டுகள் மூலம் கற்கத் தொடங்கினார். அவரது விடாமுயற்சியைக் கவனித்து, மதுரையில் உள்ள கிரேஸ் கென்னத் ஹாஸ்பிடலை அணுகும்படி கூறவே, மதுரையில் உள்ள மெடிக்கல் சூப்பிரன்டென்ட்டை சந்தித்தார்.

1992ம் ஆண்டு அந்த மருத்துவமனையில் மெடிக்கல் ஆபீசராகச் சேர்ந்த பிறகு, அவருக்கு வாழ்க்கையில் வெற்றி மேல் வெற்றி குவியத் தொடங்கின. அங்குள்ள நர்ஸ் பயிற்சி பெறும் மாணவிகளுக்கான வகுப்பை எடுக்கத் தொடங்கினார். மருத்துவமனைக்கு வரும் நோயாளிகளுக்கு சிகிச்சை அளிக்கிறார். நேஷனல் கண் பார்வையற்றோர் இன்ஸ்டிட்யூட்டின் விரிவுரையாளர்களுள் ஒருவராக விளங்குகிறார். லயன்ஸ் கிளப், ரோட்டரி கிளப், குடும்பக் கட்டுப்பாட்டு மையம் ஆகியவற்றுடன், இணைந்து பலருக்கு, குறிப்பாகக் கண் பார்வையற்றோருக்கு நிறையச் சேவை செய்கிறார். இந்தியா முழுவதிலும் கண் பார்வையற்ற டாக்டராக விளங்குபவர் இவர் ஒருவரே.

உஷா, வளர்ந்து வரும் விஞ்ஞான முன்னேற்றத்தின் உதவியால், மருத்துவப் புத்தகங்களை கம்ப்யூட்டரில் எழுதி, பிரெயில் பிரிண்டர் மூலம் அச்செடுக்கும் பணியையும் செய்கிறார். இவரின் திறமையைப் பாராட்டி, புது தில்லியில் உள்ள ஆல் இந்தியா கான்பெடரேஷன் ஆப் தி ப்ளைண்ட் என்ற நிறுவனம், சிறந்த சாதனையாளர் என்ற விருதினை வழங்கியுள்ளது.

''வாழ்வில் உழைப்பும், போராடும் தன்னம்பிக்கையும் இருந்தால், வெற்றி நிச்சயம் கிடைக்கும்'' என்று உறுதியாக நம்புகிறார், டாக்டர் உஷா நாகராஜன்.

பேட்டி : ராஜ்யஸ்ரீ சந்திரசேகர்



"கடந்து போன மணித்துளி நம்முடையதல்ல. வரப்போகும் நிமிடமோ நிச்சயமில்லாதது. எனவே நாம் சுவாசிக்கும் இந்த நிமிடம்தான் நம்முடையது. அதை நாம் முழுமையாகப் பயன்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்" - சனாதன சாரதியில் வந்த பாபாவின் அருளுரை -

என் மனதில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்தி, என் இன்றைய உயர்விற்குப் படிக்கட்டாக அமைந்த மாய வரிகள்.

தொடர்ந்து அடுக்கடுக்கான துன்பங்கள், மனக்கஷ்டம், பணக்கஷ்டம், உறவினர் உதாசீனம், நிரபராதியான எனக்கு ஏன் இவ்வளவு கொடுமை' என்ற தன்னிரக்கம், என்று எல்லாம் சேர்ந்து என்னைக் கடுமையான அல்சர் நோயாளியாக்கியது. பிரச்னைகளையே நினைத்து எண்ணங்கள் சுழன்றதால், தீர்வுக்கான வழிமுறைகளைச் சிந்திக்க முடியவில்லை. மனநோயாளி ஆகிவிடுவேனோ என்ற நிலைக்கு நான் போன போதுதான், பகவான் பாபா எனக்கே எனக்காகச் சொன்னது போன்ற இவ்வரிகள் என் மனதில் ஆழமாகப் பதிந்தன.

கடந்து போன கசப்பான அனுபவங்களையே நான் அசை போட்டதால், பொன்னான நிகழ்காலத்தைத் தொலைத்துக் கொண்டிருப்பது புரிந்து, வெட்கப்பட வைத்தது. நம்மால் முடியும் என்ற உற்சாக உந்துதலில் என்னிடம் ஏற்கெனவே இருந்த திறமைகள் எனக்கே தெரிய வந்தன. கையில் வெண்ணெயை வைத்துக் கொண்டு நெய்க்கு அலைந்த முட்டாள்தனம் புரிந்தது.

நிகழ்காலத்தை மட்டும் உணருங்கள்!

எனக்கிருந்த ஆங்கில அறிவையும், கணிதத் திறனையும் கொண்டு டியூஷன் எடுக்க ஆரம்பித்தேன். கடுமையாக உழைத்தேன். வருமானம் உயர்ந்தது. உறுதியும், ஊக்கமும் தந்த துணிவில் நான் படித்த ஆசிரியப் பயிற்சிப் படிப்பின் உதவியால் சொந்தமாக 'கிண்டர் கார்டன்' பள்ளி ஆரம்பித்துத் திறமையாக நடத்தினேன். குழந்தைகளின் வளமான எதிர்காலத்திற்குத் தனிக் கவனம் செலுத்தினேன்.

பயன்கள் : பிள்ளைகள் நன்கு படித்து, பொறுப்பான உத்தியோகத்தில் உள்ளார்கள். பெண்ணின் திருமணம் நல்ல முறையில் நடந்தது. பல வருடங்களாகக் கட்ட முடியாமல் பாதியில் நின்ற எங்கள் வீட்டைக் கட்டி முடிக்க, என் கணவருக்கு, என் வருமானம் உதவியது. அறுபதைத் தாண்டிய நான் என் பேரப் பிள்ளையோடு நிறைவான, மகிழ்ச்சியான, வசதியான வாழ்க்கை நடத்துகிறேன். இன்னும் ஒவ்வொரு நிமிடத்தையும் பயனுள்ளதாகக் கழிப்பதில் கவனமாக இருக்கிறேன்.

சொல்ல விரும்புவது : நிகழ்காலத்தில் மட்டும் நம் முயற்சியும், திறமையும் என்று முனைப்போடு செயல்பட்டால், குறிக்கோளை அடைவது நிச்சயம். வெற்றி நமதே. நிகழ்காலம் உண்மையிலேயே இறைவன் நமக்களித்த பரிசு.

— பத்மா



மங்கையர் மலர் & ஆரோக்யா இணைந்து வழங்கும்



எங்க ஊர் அழகி!



அப்பப்பா, அழகிப் போட்டிக்கு இவ்வளவு வரவேற்பா? 'மிஸ் வேர்ல்ட்' ரேஞ்சுக்கு எழுதிக் குவித்து விட்டார்கள் வாசகிகள். அழகிகளாக வர்ணித்திருந்த அத்தனை பேரும் அழகிகள்தான். போட்டியில் குறிப்பிட்டிருந்தபடி தோற்றத்தில், மனதால், செயலால் சிறந்து விளங்கிய தங்கள் அழகிகளை அழகாக எழுதியிருந்தனர். இதில் மனதால், செயலால் ஒளிர்ந்த அழகிகளின் பட்டியலே அதிகம்! யாரைத் தேர்ந்தெடுப்பது? யாரை விடுவது? திணறித்தான் போனது ஆசிரியர் குழு. முடிவில் முத்துகளில் மூழ்கி, குளித்துப் பரிசுக் கட்டுரைகளை ஒருவழியாகத் தேர்ந்தெடுத்தார்கள்.

முதல் பரிசு

ரூ. 20,000 மதிப்புள்ள வாஷிங் மிஷின்.
- விஜயா ராஜு, டில்லி - 44.

இரண்டாம் பரிசு

ரூ. 10,000 மதிப்புள்ள மைக்ரோவேவ் ஓவன்
- ராஜலட்சுமி சாஸ்திரி, ஹைதராபாத்

மூன்றாம் பரிசு

ரூ. 5,000 மதிப்புள்ள பட்டுப் புடவை
- கே. சுமதி, கோயம்புத்தூர்

ஐந்து ஆறுதல் பரிசுகள்

ரூ. 1000 மதிப்புள்ள பிரிண்டட் சில்க் புடவை

1. லட்சுமி நடராஜன், திருச்சி.
2. ராதா ரங்கநாதன், சென்னை.
3. இந்திரா தணிகாசலம், ஈரோடு.
4. மைதிலி மங்கையர்க்கரசி, மதுரை.
5. ரமா வைத்தியநாதன், சென்னை.

பரிசு பெறும் அத்தனை பேருக்கும் வாழ்த்துகள். முதல் பரிசு பெறும் கட்டுரை இந்த இதழிலும் மற்ற பரிசுக் கட்டுரைகள் வரும் இதழ்களிலும் பிரசுரமாக உள்ளன.



"குழந்தைகள் யாரும் கச்சேரிக்கு வரக் கூடாது. பாட்டியோடு வீட்டில் இருங்கள்."

"நான் குழந்தை இல்லை. நந்த பாலா, கிரிதர கோபாலா, காற்றினிலே வரும் கீதம் எல்லாம் எனக்கு நன்றாகப் பாடத் தெரியும். எனக்கு எம்.எஸ். மாமியைப் பார்க்கணும்."

ஏழு வயதில் என் பிடிவாதம் ஜெயித்து விட்டது. 1950ம் ஆண்டு, வங்காள வெள்ள நிவாரணத்துக்காக நிதி திரட்ட ஏற்பாடாகி இருந்த கச்சேரி, மதராஸ் மயிலாப்பூரில் நடந்தது. மேடையில் அந்த இசை மேதை வந்து அமருகிறார்.

இவர் பெண் மணியா? தேவதையா?

நெளிநெளியாக ஓடும் முடியைக் கொண்டைப் போட்டு, மல்லிகைப் பூ. நெற்றியில் அழகாகக் குங்குமம், சிறிய விபூதிக் கீற்று. பட்டுக் கருநீலத்தில் சரிகைப் புடவை. சபையோருக்குக் கைகூப்பி வணங்கி அவர் உட்கார்ந்த அழகு! அந்த ஏழு வயதில் நான் கண்ட மேடை என்ற கர்ப்பகிரஹத்தில் வீற்றிருந்தவர் மனிதர் இல்லை, சரஸ்வதி தேவியின் மறு பிறவி. அம்பாளின் அவதாரம்.

வைரத் தோடும், மூக்குத்தியும் ஒளி வீச, கண்களில் கருணையும் அன்பும் சிந்த, முத்துப் பற்கள் கொஞ்சமாகத் தெரிய பவழ வாய் திறந்து, கான மழை பொழியும் அவர் அழகை எப்படி வர்ணிப்பது?

தன் கச்சேரிகள் மூலம் கோடிக்கணக்கான நிதி திரட்டி, நற்பணிகள் செய்திருக்கும் அவருடைய கருணை உள்ளம் அழகா? கணவர் சதாசிவத்தின் திருவடிகளே சரணம் என்று வாழ்ந்த அவருடைய பதிவிரதா தர்மம் அழகா?

இசையே தெரியாத பாமரனைக் கூட, தன் தெய்வீகக் குரலால் மெய்மறக்க வைக்கும் அந்த இன்னிசை அழகா? இது எதையுமே பாராட்டாமல் குடும்பத்தில் ஒருவராக வாழும் அடக்கம், பண்பு, பக்தி அவருடைய அழகா?

அழகின் இலக்கணமே இசை மேதை திருமதி எம்.எஸ். சுப்புலக்ஷ்மிதான்!

ரூ. 20,000 மதிப்புள்ள வாஷிங்மெஷின் பெறும் முதல் பரிசுக் கட்டுரை

- விஜயா ராஜு

அழகின் இலக்கணமே எம்.எஸ்.தான்!



* படம் : யோகா

திருமண மலர்



மணமகள் தேவை

● Blind Iyer, 44, Srivatsam, Hastham, fair, overseas qualified working, comfortable affectionate, upper middle class home and income, seeks suitable kind dedicated Brahmin spouse need not work. Box No. 19268

● ஐயர், அஸ்டசகஸ்ரம், வாதூலம், மிருகசீரிஷம், 34,175, B.Com, 16000/- Stamp vendor, own flat, நல்ல பழக்க வழக்கம் உள்ள வரனுக்கு. குடும்பபாங்கான பெண் தேவை. பெட்டி எண். 19270

● ஐயர், வடமாள், மாடல கோத்ரம், கேட்டை, 29, 172, M.Com, 20000/- p.m, சொந்த மெடிக்கல் ஷாப், நிலம், வீடு உள்ளது. சிவந்த நிறமுள்ள பையனுக்கு டிகிரி படித்த சிவந்த நிறமுள்ள குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. போன். (04366) 241018 பெட்டி எண். 19271

● Alliance invited, preferably from Bangalore based employed girls for Vadagalai Boy (M.A), 35, Swathi, Kowsikam, employed in HAL, Bangalore (Temporary), likely to be confirmed later. Sub-sects no bar. Box No. 19272

● ஐயர், வாத்திமாள், பாரத்வாஜம், அசுவதி 35, 5.4", (B.Com), Rs. 8000/-, தனியார் கம்பெனி, சென்னை. 7ல் செவ்வாய் உள்ள பையனுக்கு தகுந்த படித்த வேலைக்கு செல்லும் பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். போன்: 24616003, பெட்டி எண். 19273

● Iyer, Vadama, Tanjore, Srivatsa, Chitra -3rd, Sudha jadagam, only son, B.Com, HDSE, Software engineer, 1973, 165, 25000/-p.m, Chennai employed seeks Vadama, Graduate bride 23-25. Ph: 044-26582192. Box No. 19274

● Iyer, Vadamal, Haritham, Hastham, M.Com, PGDCA, fair, 32, 178 cm, Own Business, 3,00,000, clean habits, seeks unemployed, home loving girl, Contact 0435-2431269/2430889. Box No. 19275

● Vadamal, Athreya, Anusham 7.5.1974, 165, B.Tech, MS (USA), Doing PhD, Texas seeks from respectable family professionally qualified fair good looking girl, employed/intention to work in USA and enable completion PhD. Contact 044-22472778. Box No. 19276

● ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், உத்திரட்டாதி, 38, B.Com, PGDBA, DPMIR, 8000/- தனியார் கம்பெனியில் வேலையுள்ள பையனுக்கு படித்த, பணிபுரியும்/ பணி புரிய விருப்பமுள்ள பெண் தேவை. குழந்தையில்லாத சட்டப்படி விவாகரத்தானவர்கள்/ விதவைகளும் விண்ணப்பிக்கலாம். உட்பிரிவு சம்மதம். போன்: 26451205. பெட்டி எண். 19277

● Iyer, Asthasagasram, Koushikam, Hastham, 42, 5'11", 20000, own flat at Mumbai, Executive, Sun Pharma, Mumbai, legal divorcee without any encumbrance seeks suitable alliance from respectable family, simple marriage. Box No. 19278

● Mother Brahmin, Father Pillai, Own house, Ayilyam third Padam, 28, B.Sc, Central Excise employee, 7000/-, seeks graduate girl from decent family. Caste no bar. Ph. (044) 22421508. Box No. 19279

● தஞ்சாவூர், ஐயர், பாரத்வாஜம், வடமாள், பூரம், சிம்மம், 35, 170 cm, B.Com, PGDPM, தனியார் Rs. 6300/-, சொந்த வீடு, சட்டப்படி விவாகரத்து பெற்றவர். நமது கலாச்சாரத்தில் ஈடுபாடுள்ள குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். போன்: (0435) 2443959 பெட்டி எண். 19280

● Wanted Brahacharanam, graduate, 24 to 26 years, 5'4" to 5'7", employed/employable girl from middle/upper middle class conservative family for graduate, Bharadwaja boy 29 years 6', Software professional 24000 per month with family background reply earliest. Box No. 19281

● ஐயர், பிரஹசரணம், சங்ருதி, ரோஹிணி, 43/5.6/59, Bank officer, Bachelor நடுத்தர வகுப்பு, தகுந்த பெண் தேவை. Box No. 19282

● Iyer, Vadammal, moolam, 34, B.Com, Kousikam, legal divorcee without encumbrance, superviser in reputed company at Trichy, decent income, clean habits seeks girl from respectable, family with clean habits. Ph: (044) 23726217. Box No. 19283

● Iyer, Brahacharanam, Kousikam, Moolam, 32, B.A, B'lore based Granite Company, 6000/-, clean habits, seeks girl from respectable family. B'lore based working girl preferable. Subsect no bar. Ph. No. (0431) 2437317/(044)23726217. Box No. 19284

● ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜம், அவிட்டம், 36/168, சார்டர்டு அகௌண்டெண்ட், வெளிநாடு, நல்ல பழக்கவழக்கமுள்ள, சட்டப்படி, விவாகரத்தான, By mutual consent without encumberance, குடும்பபாங்கான, படித்த, பெண் தேவை. எளிய திருமணம், உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண். 19285

● Iyer Boy, Vadama, Kousikam, Hastham, 36, 5'4", B.Com, Steno, Public Limited Company, Trivandrum based own house, seeks employed/unemployed girl. Subsect acceptable. Send horoscope. Box No. 19286

● Iyer, Brahacharanam, Athreya, Tiruvonam, 31, 168, M.Com, ICWA (Inter), working in a Pvt Company in Pune as an Accountant, seeks graduate, working girl from decent respectable family from Brahacharnam. Send horoscope, Biodata to Box No. 19287

● Iyer, Vadamal, Sankrithi, Thiruvonam, January '71, 5'10", PG employed Delhi, 1.5 Lakhs p.a, fair, very slightly different left shoulder due to accident. Invites alliance graduate, employed girl, Delhi based or transferable. Subsect no bar. Ph 011-26316778. Box No. 19288

● ஐயர், பிரஹசர்ணம், ஆத்ரேயம், விசாகம், செவ்வாய் 4ல், உயரம் 6', 33 வயது, பட்டதாரி, ரூ.11000-, LIC ல் பணிபுரியும் வரனுக்கு படித்த மத்திய/ மாநில அரசு பணி/ வங்கி பணியில், சென்னையில் பணிபுரியும் மணப்பெண் தேவை. பெட்டி எண். 19289

● மாத்வா, கன்னடம், மவுத்கல்யம், ரோஹிணி, 40, 5'3", M.Sc.Ph.D, மத்திய அரசு, வேலை, ரூ.25000/-, விவாஹரத்து ஆனவர், (Legally divorced), விவ்லங்கம் இல்லாதவர். தேவை பட்டதாரி பெண், எளிய திருமணம், எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை, விவாகரத்து ஆனவர்கள் தவிர்க்கவும். பெட்டி எண். 19290

● அய்யர், ப்ரஹசரணம், ஆத்ரேய, கிருத்திகை, 28, 5' 7", M.Com, Accounts Manager, 10,000, சொந்த வீட்டில் வசிக்கும் வரனுக்கு, குடும்பபாங்கான, நன்கு படித்த, கடவுள் நம்பிக்கை உள்ள பெண் தேவை. ஜாதகம், Bio-data உடன் தொடர்பு கொள்ளவும். amritadata@eth.net பெட்டி எண். 19291

● ப்ரஹசரணம், திருவோணம், மகரம், 32, 176, B.Com, Executive, Dubai, அழகான பையனுக்கு அதே பிரிவைச் சார்ந்த Computer படித்த சுத்த ஜாதகமுள்ள பெண் தேவை. Contact: R. Srimathy 044-26571426 பெட்டி எண். 19292

● ஐயர், வடமாள், சதயம், பாரத்வாஜம், 31, DECE, 5'8", 20,000/-, சிவந்த நிறம், 2 Flat, சென்னையில் உள்ள 'The Hindu' வில் பணிபுரியும் வரனுக்கு, சென்னையில் நல்ல வேலையில் பணிபுரியும் பட்டதாரி/ Diploma, 23 to 27 வயது உள்ள பெண் தேவை. பெட்டி எண். 19293

● Tamil Iyer, Brahacharanam, Haritha, Rohini, BE, 27, 175cm, working as Software Engineer in Pune based Co, working presently in USA, seeks suitable, educated/working or prefer to work bride. Brahacharanam/Vadama from good family. Contact with horoscope. Box No.19294

● Wanted Graduate girl for Thenkalai, Iyengar boy, 26, 5'8", Uthiradam IV, Vadoola Gothram, B.Com, employed in a reputed company, Chennai & own business, income Rs.12000 pm. Contact phone: 044-25531069/28143666. Box No. 19295

● Iyer, Vadama, Kausikam, Maham, 28 years employed as Asst in reputed firm, only son, own house seeks employed/unemployed girl, decent immediate marriage, no dowry, subsect no bar. Ph: (044) 25530761. Box No. 19296

● வடகலை, அய்யங்கார், ஆத்ரேயம், மிருக சிரஷம், 52/ B.A/ 5000, இளமையான தோற்றமும், எந்தக் கெட்ட பழக்கமும் இல்லாத இதுவரை கல்யாணம் ஆகாத நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த சொந்த வீடு உள்ள மணமகனுக்கு பெண் தேவை. உட்பிரிவு ஐயங்கார் சம்மதம். (0431-2456345), பெட்டி எண். 19297

● வடகலை, அய்யங்கார், ஸ்ரீவத்ஸம், மகம், 39,170, B.A, 6000/- கட்டிட காண்டிராக்டர், எந்தக் கெட்ட பழக்கமும் இல்லாத, மதுரையில் சொந்த வீடு உள்ள மணமகனுக்கு பெண் தேவை. தென்கலை சம்மதம். 0431-2456345 பெட்டி எண். 19298

● Saiva Vellala Pillai, 27,170, Rohini, fair, B.Sc, employed, Singapore, Pharmacuetical Company chemist, 65000, seeks qualified, fair bride. write to box No. 19299 Ph: 04365-225871

● Palghat Iyer, fair, goodlooking, 28/170/Kousikam, Chithirai, Brahacharanam, B.Sc, MBA, executive, MNC, 10,000, seeks, fair, goodlooking, employed, graduate girl below 25/165. Apply with horoscope, biodata, family details to Box No. 19300

● Saiva Pillai, Mirugaseerisham, MCA, 28/173, handsome, SW Engineer, Top MNC, Bangalore requires really fair beautiful graduate, Vegetarian bride without Moolam/Sevvai Dosham, E.mail: raj12@bgl.vsnl.net in. Box No. 19301

● Alliance invited from Telugu/Tamil Brahmin girl below 35, graduate, fair, slim, employed/unemployed for Telugu Brahmin boy, Velanadu, Bharadwaja, Makham, 41, 168, B.Sc, Computer Diploma employed, Govt Insurance Co, Rs.14000/-, contact with horoscope, biodata, Ph:044-28445961 / 080-3107476. Box No. 19302

● Vadama, Haritha, Poosam, 28/175/12500/-p.m, D.M.E, DPC, BCS, employed at Pondicherry seeks graduate girl. (Vadamal only) contact: K. Natarajan, Neyveli Ph:04142-263533. Box No. 19303

● Iyer, Brahacharanam, Bharathwajam, Mirugasirsham, 26/5.5, M.A, working Private Company, fair looking boy, seeks clean habit, decent family, PG or graduate girl, employed, aged below 23. Send horoscope to Box No. 19304

● Iyer, Vadama, Kaundinyam, Pooram, 32/158, B.Com, PGDCA, 6000/-, employed in Bank at Chennai, seeks graduate employed girl. Subsect no bar. Ph: 22313601. Box No. 19305

● Iyer, Brahacharanam, Sadmarushana Gothram, Poosam, 27/5'9", B.Com, GNIIT, Software Engineer, 4 lakhs annum seeks bride (Chevvai in II place), Subsect no bar. Contact Box No. 19306

● Iyer, Vadamal, Athreya, Kettai, 31, 165, B.E, Software professional in private firm Bangalore seeks good looking graduate girl employed preferably in Bangalore. Contact Ph: 04364-251944. Box No. 19307

● Wanted graduate, home-loving, smart girl with pleasing manners for Brahacharnam boy, 30, Shadamarshanam, Bharani, 6 feet, Engineer working in U.S as Systems Analyst. Reply to Box No. 19308

● ஐயர், பிரகசரணம், மௌத்கல்யம், உத்திரட்டாதி, 25.5.1960, young look, தங்கை திருமணத்தால் தாமதமான திருமணம். S.S.L.C, தனியார்

திருமண மலர் விளம்பரக் கட்டணத்தை "மங்கையர் மலர்" என்ற பெயரில் டிமாண்ட் டிராஃப்டாகவோ, உள்ளூர் செக்காகவோ அல்லது நேரில் வந்து பணமாகவோ செலுத்தலாம். போஸ்டல் ஆர்டர், மணியார்டர், வெளியூர் செக் முதலியவை ஏற்றுக் கொள்ள இயலாமைக்கு வருந்துகிறோம்.

ஸ்தாபனம் + குடும்ப வருமானம் ரூ.5000/-, சொந்த வீடு, திருமணமாகாத ஓரளவு எழுதப் படிக்கத் தெரிந்த குடும்பபாங்கான பெண் தேவை. எளிய திருமணம், ஜாதகம், மனப்பொருத்தம், உட்பிரிவுகள் அனைத்தும் சம்மதம். பெட்டி எண். 19309

● **Iyer, Vadamal, Haridam, Visakam, 34/180, MA, handsome employed in Print Media, Chennai, Rs.12000/- seeks good looking, well employed girl. Subsect no bar. Ph: 0452-2667510. Box No. 19310**

● **Iyer, Vadamal, Athreya, Utharadam, 30, 5'11", B.Sc, PGDMM, working in MNC, seeks suitable Vadamal bride apply to Box No. 19311**

● **Vadama, Kousigam, Uthiram, Software Engineer, Tall, 27, 5'11", 24000/-, handsome, professional seeks beautiful, Post graduate, domestically trained girl. Ph: 24865489. Box No. 19312**

● **Agamudayar, Uthiradam - 4, age 28 years, height 179 cms, Doctor, MBBS, DCH, Govt service seeks well educated, tall, fair, bride, Thevar, Servai, Mudaliars acceptable. Send bio-data, horoscope. Box No. 19313**

● ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜம், உத்திரட்டாதி, 1968, 172cm, **AMIE, PGDMM, Senior Sales Manager, Rs. 19500,** வரனுக்கு நடுத்தர குடும்பத்தைச் சார்ந்த, டிகிரி படித்த, குடும்பத்தை விருப்பமுடன் நடத்தும், தெய்வ நம்பிக்கையுள்ள மணப்பெண் தேவை. வேலை அவசியமில்லை. உட்பிரிவு சம்மதம். போன். 22750075, பெட்டி எண். 19314

● ஐயர், வடமாள், கர்ககோத்ரம், அனுஷம், சிவப்பு, **30/161cm, Instrumentation Supervisor at Power Station in Kuwait, Rs.31000/-p.m, Intrumentation and Electronics** படித்த வரனுக்கு வேலை பார்க்கும்/ பார்க்காத பட்டதாரி மற்றும் **computer** கல்வி கற்ற, குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண். 19315

● ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், உத்திரம் (1), 13.11.1971, 5'4", **B.Com, Asst Manager, Bajaj Capital,** மும்பை. **Rs. 5000 +,** உட்பிரிவு சம்மதம், வேலைக்குச் செல்லும் பெண் தேவை. பெட்டி எண். 19316

● ஐயர், வடமாள், வாதூலம், உத்திரம், வயது 30, 5'8", **B.Com,** பிரபல தனியார் கம்பெனி, **Rs.7000/-** சொந்த வீடு, நல்ல குணமான பையனுக்கு பெண் தேவை. போன்: 24898893. பெட்டி எண். 19317

● ஐயர், வடமாள், கௌண்டன்ய, 1957, மூலம், தனுர் ராசி, சென்னையில் தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை, 6500/- பையனுக்கு வேலைக்கு செல்லும்/செல்லாத ஐயர் பெண் தேவை, உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண். 19318

● தாய் பிராமின், தந்தை கம்மவார் நாயுடு, ரேவதி, 28, 168, **B.E, 27000,** தனியார் சுத்த சைவம், சிவந்த நிறமுள்ள பையனுக்கு நல்ல குடும்பம், உயர் கல்வி, பிராமின்/கம்மவார் நாயுடு இனப் பெண் தேவை. பெட்டி எண். 19319

● **Tamil Iyer, Vadama, Srivatsa, Sadhayam, Suddha Jathakam, 34/180/M.A.MPhil, Reporter leading newspaper based at Tuticorin requires suitable graduate girl. Subsect no bar. Contact Box No. 19320**

● **Madhwa Desistha (also speaks Kannada), Bharadwaja, MA, 34, 168, 30,000, working as Manager in MNC, Chennai. Legally separated. Looking for postgraduate/graduate, house wife. Apply with horoscope. Box No.19321**

● **Tanjore, Vadama, Kowsiham, Punarvasu - 4 Patham, 36, 167cm, B.Com, Public Company, Rs. 5750, Left eye artifical requires suitable bride, even slightly handicapped, but unincapacitated. Phone: 044-22441719. Box No. 19322**

● **Iyer, Vadamal, Bharadwajam, Thiruvonam, 31, 165, 25000, MA, MNC, executive, fair smart seeks home loving bride from good family background. Expectations nil. Girls merit alone main consideration. Box No. 19323**

● **Wanted alliance for Iyer boy, Braharharanam, Kousikam, Aswini/34 yrs/170 cm/DECE, MBA/35000, Senior Area Manager, MNC, Own flat, Suddha Jadhagam. Box No. 19324**

● **Vadamal, Koundinya Gothram, Poorattathi, 32, 158,10,000/-, graduate, self employed boy seeks alliance from graduate, preferably employed girl from same sect. Box No. 19325**

● **Vadamal, Kausika, Aswini, 33, 11500, 5'10, M.Com, AAO in a reputed firm Chennai, seeks graduate employed girl. Subsect no bar. Ph: 044-24811507. Box No. 19326**

● **Iyer, Vadamal, Kasyapa, Aswini, 38, 5'4", Rs.7000+ p.m/-, B.A, seeks employed girl below 34 years. Early simple marriage. Ph: 23720524(044). Box No. 19327**

● வடமாள், கௌசிகம், விசாகம் -1, 31, 5'8", **B.A, (English Lit),** தனியார், 8000 **P.M,** சொந்த வீடு உண்டு, அழகான, உயரமுள்ள பையனுக்கு பட்டதாரி, வேலைக்குச் செல்லும்/செல்லாத, அழகும், உயரமும் குணமும் உள்ள பெண் தேவை. வடமாள், பிரஹசரணம் வரவேற்கப்படுகிறது. போன். 0452 - 2601207 பெட்டி எண். 19328

● **Sourashtra boy, Aswini, fair, handsome, 5'11", Senior, IT professional, 36000 per month (India), presently at London, 32000£ per annum, seeks alliance with well qualified, preferably employed, good looking girl from decent family of same cast. Contact with horoscope. Ph: 020-6135196. Box No. 19329**

● **Tirunelveli Saiva Pillai, Bharani, 31/170 cm, B.Com, MNC, 8000, seeks graduate bride below 25. very fair, beautiful, 158 cm and above from decent, respectable family of same caste/stars-Mirugaseersham, Thiruvadirai, Punarpoosam, Uthiram, Hastham, Swathi, Uthiradam, Thiruvonam suitable/contact with horoscope. Ph: 26163205. Box No. 19330**

மங்கையர் மலர்



மஞ்சுளா ரமேஷ்,
ஆசிரியர், மங்கையர் மலர், சென்னை.

"மங்கையர் மலர், திருமண மலர் பகுதியிலேயே விளம்பரம் செய்வதை பெண்கள் ஏன் விரும்புகிறார்கள்?"

"ஏனென்றால் - தங்கள் மகன், மகளுக்குத் திருமணம் செய்ய விரும்பும் தாய்மார்களின் கைகளுக்கு இவ்விளம்பரம் நேரிடையாகச் செல்கிறது.

அதனால்தான் செய்யப்படும் விளம்பரங்களுக்கும் நிறைய பதில்கள் வருகின்றன.

மங்கையர் மலர் திருமண மலரில் விளம்பரம் செய்தாலே 'ராசி', திருமணம் குதிர்ந்து விடும் என்பது பல்லாண்டுகளாக நடந்து வரும் நம்பிக்கை.

ஜாதி பேதமில்லாமல் எல்லோரும் படிக்கும், பெண்களால் கடந்த 22 ஆண்டுகளாக முதன்மையாக வைக்கப்பட்டிருக்கும் பத்திரிகை. அதனால்தான் எல்லா இனத்தினரும் திருமண மலரில் விளம்பரம் செய்கிறார்கள்.

நீங்களும் உங்கள் மகன் அல்லது மகள் திருமணத்திற்கு மங்கையர் மலர், திருமண மலர் பகுதியில் விளம்பரம் செய்து பயனடையுங்கள்."

'திருமண மலர்' பகுதியில் விளம்பரம் செய்ய அணுகவும் :
மானேஜர், திருமண மலர் பகுதி.

கல்கி பில்டிங்க்ஸ், 47-N.P., ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல்,
சென்னை-97 தொலைபேசி : 22345622/23/24 தொலைநகல் : 044-2234 5621
மங்கையர் மலர் இண்டர்நெட் முகவரி : www.mangayarmalarmonthly.com

KALKI DESIGN STUDIO 3/03

அறிவிப்பு: திருமணமலர் பகுதிக்கு வருகின்ற விளம்பரங்களில் மங்கையர் மலரின் கோட்பாடுகளுக்கு இசைவில்லாத வார்த்தைகள் இடம் பெறுமானால் அதனை மாற்றவோ நீக்கவோ, ஆசிரியருக்கு உரிமையுண்டு.

● தென்கலை, காசியபம், சுவாதி, 32, **B.Com**, கால் ஊனம், மோட்டார் சைக்கிள் நன்கு ஓட்டக் கூடியவர், சொந்த வீடு உள்ளது. வரதட்சணை தேவையில்லை. ஏழை, எளிய தியாக உணர்ச்சியுள்ள குடும்ப பாங்கான பெண் தேவை. **R.** ஜெயராமன், 0431-2430502. பெட்டி எண். 19331

● சோழிய வேளாள பிள்ளை, 26, 165, **B.B.M., M.B.A.,** அஸ்வினி, **Pvt employed,** டாக்டர் மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம், ஜாதகம், **Biodata** அனுப்பவும். பெட்டி எண். 19332

● **Madhwa desistha, Bhardwajam, Poonarpoosam, 32, B.Com, CA, ICWA Inter, 170 cms, Accountant Gulf Country seeks employed/unemployed girls reply with horoscope, Biodata. Box No. 19333**

● **Vanniakulakshatriar, Uthram, 30, 5½, MA, PGDCA, fair looking Chennai, based propreitor, Saipadmam flat promoters & builders seeks suitable educated, same caste bride respond with horoscope to 080-3125764. Box No. 19334**

● **Iyer, Vadamal, Haritha, Punarpoosam III padam, 27 years, 5'7", MCA, Software Engineer, reputed public Ltd, Company at Chennai, Drawing Rs.21000/-+ perks, seeks suitable, good looking graduate girl. Contact with horoscope. Box No. 19335**

● **Iyer, Vadamal, Srivatsam, Pushyam 3rd Padam, 27, 5'4", DME (B.E), Asst. Engr, Prodn, BPL Ltd, Rs.8000/-p.m seeks graduate, home loving girl, employed preferred. Subsect no bar. Send horoscope. Box No. 19337**

● **Iyer, Vadamal, Koundinya, 27/173, Visakam, B.E, fair with clean habits working with TCS, Mumbai, seeks good looking girl, age 22-24, Reply horoscope with family, details, Contact Srinivasan, Ph: 022-25934066. Box No. 19338**

● **Iyer, Vadamal, Bharatwaja, 5'6", 28, Ayilyam, B.Com, PGDBA PNC (NIIT), with clean habits, working with Software firm, Delhi seeks goodlooking, working girl, age 23-25, reply horoscope with family details Ph.No. 011-22714347. Box No. 19339**

● **Alliance invited for Tamil Inter Caste parentage (Mother Brahmin), (Father Non-Brahmin). Father no more. Boy working in a reputed Finance Co, well settled. Earning good salary, 27/164/ preferable Tamil Brahmin/Inter Caste parentage. Box No. 19340**

● **Iyer, Vadama, Bharthwaja, Magam, 27/176 cms/B.Sc, HDCA, 18000/-, Software professional, employed, Chennai, only son, seeks graduate, fair, employed girl. Sub-sect acceptable, send horoscope with family details. Ph: 044-25591541. Natrajan, Box No. 19341**

● **Iyer, Vadama, Sankriti, Punarpusam, 37, Sevvai Dosham, Affluent Lawyer, legal divorcee without encumberence, seeks suitable bride. Box No. 19342**

● **Smartha, Kannada, Aravathu Vakkulu, Haritha, Poosam, 30, 5'5", fair, BA,BL., Practising Advocate, Chennai High Court, good family background, seeks employed, graduate girl. Sub-sects no bar. Ph: 044-22262051. Box No. 19343**

● **Iyer, Vadamal, Naithrupakashyapa, Chithirai, 34, 5'6", B.Com, ICWA, Rs.26000, Assistant Manager, MNC, Chennai, handsome boy seeks good looking, slim, fair, well educated girl. Box No. 19344**

● வடகலை, ஸ்ரீவத்ஸம், ஆயில்யம், 39, 5.6', சொந்த தொழில், சொந்த வீடு உள்ள பையனுக்கு, 32 வயதுக்குட்பட்ட வடகலை, அய்யங்கார் மணமகள் தேவை. பெட்டி எண். 19347

● ஐயர், அஷ்டசஹஸ்ரம், வாதூலம், புனர்பூசம் 2-ம் பாதம், 38/175/12000, **AMIE,** தனியார் பணியில் உள்ள வரனுக்கு, 35 வயதுக்கு உட்பட்ட பணியில் உள்ள (அரசு/தனியார்) மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். தொலைபேசி 22238314. பெட்டி எண். 19348

● **Madhwa, Kannada, fair, slim, tall, BE/Science PG girl upto 26 for Srivatsa boy 30, BE, Manager reputed Auto industry Tamilnadu, Completing MS at UK shortly. Hastham, Swathi, Uttirattadi 3, 4, Revathy, Rohini prefered. Box No. 19349**

● **Thanjavur, Vadama, Bharadwajam, Sadhayam, 29, 180, BA, Economics, Senior Marketting Executive, leading Infotech Company, Bombay, seeks bride graduate, goodlooking, preferably willing to take employment, sub-sects no bar. Box No. 19350**

● **Wanted very fair, good looking graduate, employed girl for Telugu, Mulaganadu boy, 28/5.10, propertied, Maithreya gothram, Rohini, handsome pleasing manners, Sales executive in MNC Chennai, Ph: 24903213, Respond immediately. Box No. 19351**

● **Clean habit, Cheerful, Pious, Braharharanam, Kasyapa, Aiyilyam, MNC, Chennai, employed Jan'72, 175 cm, Suddha Jatakam boy needs medium built, homely girl, employment not must. Box No. 19352**

● **Iyer, Brahacharanam, Muthkala, Chitatrai I, 27, 5'7", very fair, MCA, Software Engineer, Infosys Company, Bangalore, boy, clean habits seeks good looking highly educated girl, good family. Subsect no bar. Contact with horoscope. Ph: 6559867 (080). Box No. 19353**

● **Brahacharanam, Shatamarshanam, Aswini, handsome boy, B.E, M.S (U.S.A), 25/170, working Intel, Boston seeks alliance from fair, beautiful, qualified, sophisticated, accomplished Iyer girls valuing traditions around 22. Subsects no bar. Send horoscopes and biodata to Box No. 19354**

● **Tamil Iyer, Brahacharanam, Kashyapa, Mirgashirsham, 33 (July'70), 160 cms, M.Com, L.L.B, Rs.18000, Own business, Own house, settled in Bhopal, seeks graduate, fair girl. Subsect no bar. Contact: S. Narayanamurthy, Ph:(080) 3640452. Box No. 19355**

● **Iyer, Ashtasasthram, Vathoolam, Moolam II, 29, 168, 12,500/-P.m, BBA, HDSE, reputed corporate, Chennai, seeks suitable, good looking, Smart, graduate, employed girl. Subsect no bar. Ph: 044-23724916. Box No. 19356**

திருமண மலர் - விளம்பரக் கட்டண அறிவிப்பு

திருமண மலர் விளம்பரக் கட்டணம் முதல் 30 வார்த்தைகளுக்கு ரூ. 400/- அதிகப்படியான வார்த்தை ஒவ்வொன்றுக்கும் ரூ. 15/-

இந்த இதழில் பிரசுரமாகும் பெட்டி எண் விளம்பரதாரருக்கு பதில்கள் அனுப்ப கடைசி தேதி 10/4/2003. பதில்கள் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி: பெட்டி எண்: .... C/o. மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 097.

● Brahmin, Jan'71, Kousikam, Punarpusam, tall, fair, confident, graduate, programmer hear normally with hearing aid speaks english only N signs strongly believes in God looking for understanding bride with practical outlook acceptance no sacrifice feelings. Contact 24719827. shankerachutha@rediffmail.com. Box No. 19357

● Iyer, Vadama, Bhardhwajam, Poosam, 31/164, 50000 pm, MBA, Executive leading advertising Company, Mumbai, seeks slim, smart, goodlooking graduate, P.G, employed girl. Subsects no bar. Send detail horoscope/ photo. R. Raghuraman, 702, Radhika Society, Sector - 3, Plot 20, Koperkhairne, Navi Mumbai 400709, Ph: 27541204

● Iyer, Athreya, Hastham, 34/175, B.Com, ICWA, ACS, well placed, seeks girl, tall, smart, slim, below 30, horoscope, Biodata to Venkatesan, No. 10 (Old 16), 9th Lane, Shastri Nagar, Chennai 600020

● Srivatsa, Iyengar, Karthikai, Vadagalai, 178 cm, 31, B.E, Software engineer, MNC, Bangalore, affluent, only child, parents highly placed, need slim, beautiful, preferable professional, 160 cm, cultured family bride. Send horoscope, Dr. H. Srinivas, 34, 4th Cross, K.R. Vanam, Mysore -8. Ph: (Res)0821-480883 (Off) 08234-87984/484/850

● Mumbai based Sozhia Vellalar Pillai boy, 27, 178, B.Com, PGDFE, Uthiradam, employed in bank seeks qualified employed girl (preferably Mumbai) Contact with horoscope. S.S. Murthy, F/303, Kukreja Complex, Bldg No. 3, L.B.S. Marg, Bhandup, Mumbai 400078, Ph: 022-25650520 email: rajscot@indiatimes.com.

● Non-bharadwaja Iyer, girls upto 26, tall, fair, slim, very goodlooking, Chevva Dosha Horoscopes only, for Astasahasram Propertied boy, Pooram, MCA 28/183, 40000 monthly Chennai MNC, unconsummated legal divorcee within a month. Best matching: Uthram ¼, Makam, Uthradam ¼, Aswini, Thiruvathira, Punartham ¾, Uthirattathi ¾, Pooram, Reply B/H/P: T.V. S. Ram, Old 40, Sourastra Ngr 7th, crs st, Cholaimedu, Chennai 600094, e.mail: sivaexpo@md3.vsnl.net.in

● Iyer, Brahacharanam, Sankruthi, Kettai, 29, 165, 15000, DME (DBM), working at EBG Ltd, Nasik seeks graduate bride from decent family. V. Ramamurthy, 29A, Narayanan Iyer St, Extension, Salem - 7, Ph: (0427) 2310575/2443133.

● Thenkalai, Haritha, Uthiradam, Dhanur, 175/30, ME, Faculty, Private College, 18000, seeks well employed professional girls, Contact: R. Gopalan, 4(28/7), Pachaiyappa Street, Kumbakonam 612001. (0435) 2433823; gsri2002@yahoo.co.in

● ஐயர், பாரத்வாஜம், திருவாதிரை, 30, 175 cm, 20,000, CA, (Inter)/MNC, Delhi, 25 வயதுக்குள் 160-168Cm, உயரமுள்ள பெண்களின் ஜாதகத்துடன் அணுகவும். Chandran, New No.11, 47th Street, Asok Nagar, Chennai 600083. Ph: 044-24713742

● ஐயர், கௌசிகம், பிரஹசரணம், பூரட்டாதி, 172 செ.மீ, 33, MNC, Rs. 20000/- p.m, வேலைக்குச் செல்லும் பட்டதாரி (PG), குடும்பப்பாங்கான தெய்வ சிந்தனையுள்ள பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். சொந்த வீடு உள்ளது. S. வீரமணி, 82, அரவிந்த்நகர், மாடம்பாக்கம், சேலையூர், சென்னை 600073.

● ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், சுவாதி, 30, 5'3", ஷிப்பிங் கம்பெனி, Rs.9000/- p.m, நல்ல குணமுள்ள பையனுக்கு டிகிரி படித்த குணமுள்ள பெண் தேவை. Ph: 24336212. J. ஜானகிராமன், 27/2, புது எண். 58, ராமகிருஷ்ணன் தெரு, பெரம்பூர், சென்னை 600011.

● திருநெல்வேலி, சைவப்பிள்ளை, 28 வயது, 5'6", டெக்ஸ்டைல் டிப்ளமோ, திருநெல்வேலி மாவட்டத்திலுள்ள பன்னாட்டு நிறுவனத்தில் எக்ஸிகியூடிவ், ரூ. 12,000, அழகான மணமகனுக்கு அழகான டிகிரி படித்த அரசு/ வங்கி/ LIC/ ஆசிரியை பணியிலுள்ள மணமகள் தேவை. வீ. சுப்பிரமணியன், 24/12, மேலத்தெரு, அம்பலவாணபுரம், விக்கிரமசிங்கபுரம், 627425.

● Thengalai, Iyengar, Bharatwajam, Krithigai, welltodo 35, Office Assistant, Annamalai University wants bride domestically trained below + 2, Orthadox, No dowry, Send horoscope, SN. Seshadri, 34, Anantheeswarankoil Agraharam, Chidambaram, Ph: 223623

● Iyer, Asthasasthram, Kashyapa, Poosam - 1, B.Com, 32, 5'2", 10000, employed C.P. Marine Ltd, Pondi, seeks suitable girl, subsect no bar. V. Ganapathy subramanian, Suriamman flats, 88, Suriamman Koil Street, V.O.C Nagar, Pammal, Chennai - 75. Ph: 24984875

● Mother Brahmin (not alive), Father Christian, Boy 28, Bharani, 6'1", M.Com, settled in Australia, earning 45000/- p.m, seeks qualified Brahmin girl, no horoscope, tallying, no demands. Contact Kumar 303, Surya Apartments, Vinay Nagar Colony, Saidabad Post, Hyderabad. 500059 Ph: 040-24534619

● ஐயர், வடமாள், சங்ருதி, பூரட்டாதி, M.Com, 32, 5'7", தனியார், ரூ.4900/-, சொந்த வீடுள்ள பையனுக்கு படித்த வேலைக்கு செல்லும் மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். K. பிச்சை ஐயர், 42, லக்ஷ்மி நகர், கொசாகா, ராதா நகர் போஸ்ட், குரோம்பேட்டை, சென்னை 600044.

திருமண மலர் பகுதியில் இடம் பெறும் விளம்பரங்கள் அனைத்தும் விளம்பரம் செய்பவர்களின் கையொப்பத்துடன் ஏற்றுக் கொள்ளப் படுகின்றன. மணமகள் அல்லது மணமகன் பற்றிய விவரங்கள் விளம்பரதாரர் தரும் குறிப்புகளின் அடிப்படையில் பிரசுரிக்கப்படுகின்றன. இந்த விவரங்களைக் கொண்டு தொடர்பு கொள்ளும் பெற்றோர்கள் அவை சரியான விவரங்களா என்று தனிப்பட்ட முறையில் விசாரித்து உறுதி செய்து கொள்வது நல்லது.

- பதிப்பாளர், மங்கையர்மலர், சென்னை 600 097

● வடகலை, ஐயங்கார், பாரத்வாஜம், பூரட்டாதி, 35, MA, 6000/-, தனியார் பணி, பையனுக்கு தகுந்த பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். R. கிருஷ்ணன், புளன். 37, ராஜாஜி சாலை, செந்தில் நகர், சென்னை - 62, Ph: 26381253

● Iyer, Brahacharanam, Koundinya, Utthiradam - 4, 29/5'10", M.Sc (C.S), Software Associate, Software Company (MNC), Chennai, presently deputed to U.K. on works contract, expected back by Mar'03, seeks homely adjustable girl, degree, employment, not must, height not less than 5'4", Brahacharanam and Vadamal acceptable. No expectations. S. Chandrasekaran, flat - C, Great - A, Emerald Apt, 28, New Colony, 5th Street, Adambakkam, Chennai 600088, Ph: 044-22551975

● Kerala Iyer, Vadamal, Naithrbakasiyaba, Aswini, 30, 5'8", DCE(MBA), Interior Decorator, Dubai, U.A.E, seeks girls preferably, graduate, Computer, good family background may contact N.Kannan, M.23/4, Moovendar Apts, Muthaalamman Koil St Extn, West Mambalam, Chennai - 33, Ph.No. (044)24711572

● Iyer, Vadamal, Tamil, Srivatsam, Ashwini, August 78, 175 cm, Rs.16000, leading firm in Chennai, seeks good looking graduate girl. Contact: R. Krishnamurthy, No. 49, Jai Nagar, Koundampalayam, Coimbatore 641030

● Boy Iyer, Vadamal, Bharadvaj, Punar Poosam, 25, 165 cms, Kadakam IV Padam, J.E, TVS, Pondy, 12000 p.m, seek graduate girl. R. Gurumurthy, V cross St, Bhelpur, Thiruverumbur, Trichi - 13, Ph. 0431 - 2513761

● Athreyam, Avittam, Vadagalai, fair, 30/174, 20,000, graduate, officer, reputed Insurance Company seeks bride preferably employed. Raghavachari, 'Dwaraka' Flat 'G' 3B, Balaji Nagar Fourth Street, Ullagaram, Nanganallur, Chennai 600061, Ph: 22241306

● Iyer, Haritha, Revathy, 19.6.1968, M.Sc, MPhil, 13000, Lecturer in Engineering College at Nagercoil, slight burn scar in his left hand seeks girl. Mallika, 39, Deep Street, Vadiveeswaram, Nagercoil, Ph. (04652-236195), Mala 044-26572807

● Iyer, Brahacharanam, Koundinya, Thiruvonam, 27, 183, MCA, Software Engineer, Hydrabad seeks good-looking, professionally, qualified/employed girl. Ramaswamy, 39 South Car Street, Nagercoil-Gramam Nagercoil, 629 001. 04652 - 228946

● Wanted employed, suitably, qualified, Sudha Jathagam, girl for Iyer, Vadamal, Harita, Uthradam - 2, 26/179, M.Sc, Maths, PGDCA, Canara Bank Clerk, Only son. Contact with horoscope, Biodata, V. Krishnamoorthy, 15, Ramalinga Nagar 1st Cross, Church Road, K.K. Pudur, Coimbatore Ph: 2436906

● ஐயர், வடமாள், கௌண்டின்யம், அசுவினி, 26, 175 cm, 6000, D.E.E.E, A.M.I.E, தனியார், குடும்ப பாங்கான, அழகான, படித்த தகுந்த மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். G. வெங்கடகிருஷ்ணன், 39, பாண்டி கோயில் நகர், 2வது தெரு, சம்மட்டிபுரம், மதுரை 625 010, போன்: 0452-2381766

● Tengalai, Iyengar, Chitirai, Kousigam, 29, 5'3", D.C.E, 6000, Asst Project Engineer, Pvt Ltd, Company, seeks, educated girl. Subsect acceptable, Contact: S. Narayanan, 7, Devadoss Ngr, Ammapettai Post, Chidambaram 608401. Ph: 04144228790

● Iyer, Brahacharanam, Haritha, Pooratta thi, 29, 165, MBA, IRDA, Hyderabad, Decent Salary, seeks employed/well qualified girl, 23-27, Sub-sect Vadama only, N. Ramakrishnan, 12-6/8, Sixth Street, Railar Nagar, Madurai 625018, Ph: 2662297

● ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜம், கேட்டை, 28, 5'6", பி.எஸ்.சி, 15000/-, சுயதொழில் பையனுக்கு பெண் தேவை. N. சீனிவாசன், நெ.34, 5வது மெயின்ரோடு, (CLC Road), நியூ காலனி, குரோம்பேட்டை, சென்னை-44, Ph: 22404885

● Iyengar, Vadagalai, Srivatsam, Kettai, 33, 5'10", B.Com (MCA) Govt, 7000/-, seeks suitable girl, Contact K. Seshadri, No.14, Rajunaiken Street, West Mambalam, Chennai - 33.

● வடமாள், ஐயர், வாதூலம், பூரட்டாதி - 1, லக்னத்தில் கேது. B.Sc/ 29/ 6'/ ரூ.6,000/-, தனியார் நிறுவனம், சென்னை, நன்கு படித்த வேலை/ வேலையில்லாத பட்டதாரி பெண் தேவை. . K.S. கிருஷ்ணமூர்த்தி, 28, 3வது பெத்லஹேம், ஆம்பூர், 635802, போன். 04174-243842

● ஐயர், பிரஹசரணம், ஷடமர்ஷணம், சதயம், 29, 5'6", 12000/-, தனியார் பணி, பையனுக்கு பெண் தேவை. போன்: 22477599. B. Vaidyanathan, Plot No. 82, 5/594, Anjaneya Flats, Sathsangam Street, Madipakkam, Chennai 600091.

● சிவாச்சாரியார், கௌதமம், ஆயில்யம் மூன்றாம் பாதம், வயது 31, பிஎஸ்ஸி, பிஎட், தனியார் நிறுவனத்தில் பணி, சொந்தமாக பிரௌசிங் சென்டர், பெண் ஜாதகம், புகைப்படத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். எஸ். ராமமூர்த்தி, 16, சின்னப்பா நகர், தொலைபேசி 266478, புதுக்கோட்டை 622001

● Telugu Brahmin, Mulakanadu, Koundanyasa, Poosam, Angaradosham, 26, 170, DEEE, Jr. Engr, Private concern, Chennai, 6000 p.m, undergone renal live transplantation, Hale and healthy, seeks alliance from respectable family subsect no bar. Contact

G. Subramani, 8/15, Pandian St, 3rd Anbazhagan Nagar, Perambur, Ch-11, Ph: 26252507, 26254571

● Iyer boy, Vadamal, Srivatsa, Moolam, B.Sc, Sr Sales Executive in Pvt Company, Chennai, 8500/-, 34/170, fair, seeks employed/unemployed, graduate, homely girl. Send horoscope to R. Anantharaman, RG-20, Lloyds Colony, Royapettah, Chennai 600014, Ph. 044-8470979

● Iyer, Vadama, Srivatsa, Pooradam, 28/170, B.Com, MBA, Sales Manager in MNC, salary Five Lacs Annum wants graduate girl, respectable family, please respond horoscope to Srinivasan, 401, Vama Towers Fateh Gunj, Baroda, 390002. Tel: (0265) 2791844

● Wanted employed girl for Iyer, Brahacharanam, Srivatsam, Rohini, 30/180, B.Sc, Maths Central Govt, Chennai, 7000/-. Subsect no bar. Contact with horoscope S. Sundar, E. 123-2, IIT Campus, Chennai 600036, Ph. 22570527

● Alliance for Tanjore Vadamal, Kawsikam, Pooradam boy, Rahu in Lagnam, Sevvai in 7th, very fair, handsome, slim, clean habits, BE, MBA, 25/172, Business family. seeks girl from educated, cultured family. Girl to be very cultured, traditional, very fair, good looks, joyful, caring, graduation in any field, home loving, not career minded. Please contact T.S. Srinivasan, 108, Ruikar Colony, Kolhapur, 416005. Ph: 2659659 (0231)

● பாரத்வாஜ கோத்ரம், 27, ரேவதி, 5'10", **B.Sc, PGDMM,** தனியார் கம்பெனி வேலை, ரூ.8500/-, சம்பளம் உள்ள வரனுக்கு பட்டதாரி, ப்ரஹசரணம், மணமகள் தேவை. **R. Subramanian, 12, 8th Street, Ramnagar, Nanganallur, Chennai 600061. Tel: 22342359**

● Thengalai, Kowsigam, Avittam, Magaram, 26/166, (M.Com) MBA, Software, 12000/, MNC, Chennai seeks graduate/Post graduate employed/ Not employed girl, Kalai no bar. V.V. Chari, 26 C, Gajapathy St, Shenoy Nagar, Chennai - 30. Ph: 26453734

● ஐயர், வடமாள், நைத்ரவ காஸ்யப, சுவாதி, 28, 5'7", **D.M.E,** தனியார் நிறுவனம். **Area Sales Manager, Rs.10000/-p.m,** வரனுக்கு பட்டதாரி மணமகள் தேவை. **R. Mohana, 68 Main Road, Muthuswamy Colony, Coimbatore 641026. Ph: 0422-2346189/9843049115**

● Iyer, Vadamal, Aswathalaya, Bharani 26, 165, B.A, working Dubai Star Hotel, 30000 p.m, seeks +2, graduate girl working (Optional) Contact 0803107060, T.K.Shankaran, 609 IV Main Panchasheelanagar, Nagarbhavi Bangalore 560072.

● Iyer, Ashtasahasram, Bharani, 31/172, Fair, M.Com, (CAIIB), I.O.B, Steno-Chennai, Salary Rs.12000/-, seeks graduate, Govt - employed girl, contact N. Meenakshi, G-1, Sri Adithya, Old 38, New 26, Car Street, Triplicane, Chennai 600005. Ph: 28443948

● Iyer, Brahacharanam, Udathyagouthamam, Pooruttathi, 47, SSLC, Bachelor, working in Ernakulam, 5000, Own House, horoscope optional, widows without encumbrance also apply, Lakshmanan, 97 Ist 'R' Block, Rajajinagar, Bangalore - 10, Ph: (080)3523970

● Vadamal, Bharathwaja, Moolam, 29 years, 180 cm, MCA Senior Consultant, California/USA, teetotaler, non-insulin Diobetic seeks well qualified girl. S. Venkataraman, 9, Kulothungan Street, Kumar Avenue, Chitlapakkam, Chennai 600064, Ph.044-22235312/22231277

● கோனசீமா, தெலுகு பிராமின் பௌரகுத்ஸ கோத்ரம், அனுஷ நட்சத்திரம், வயது 31, 5'6", **M.Sc, (IT)** ,12000/-, தனியார் கம்பெனி (பாம்பே), நன்கு படித்த வேலை செய்யும் தகுந்த வரன் தேவை. **K.S. Swaminathan, No. 1 1St Cross St, Lenin Nagar, Ch. 600053**

● Iyer, Vadama, Athreya, Pooratathi, 35, 167/B.Com, Government employed seeks suitable girl. Contact K.V. Ganesan, B-7/1, TNGRH Quarters, Opposite Radial Houses, Thirumangalam, Anna Nagar West Extension, Chennai 600101.

● Iyer, Brahacharanam, Shadamarshanam, Poosam, 27 years, 5'7", B.Sc, NIIT, SSI, (Oracle), Doing M.C.A working in Doha, qatar as System analyst, 65000/-, family visa eligible. Subsects no bar. Brides willing to go abroad need apply. K. Ramamurthy, 60/34, Fourth Avenue, Ashok Nagar, Chennai 600083

● Vadamal, Bharathwajam, Moolam, 25, 5'8", B.Sc, GNIIT, MCA, Carnatic Vocalist, MNC, 18000/-, Boy, seeks qualified girl. K. Sivaraman, 15/19, Parvathi Avenue 1 Street, Sakthi Nagar, Porur, Chennai 600116. Ph: 22520147

● Vadamal, Baradwajam, Poosam, 18.4.67, 165 cm, B.Sc, PG Dip Plastic Technology, self employed, Rs.10000/-p.m, seeks graduate good looking girl below 30 send horoscope with photo (returnable) Contact. 044-22311948, S.Venkataramanan, No.8, G1, Srinivasa Flat, 25th Street, Nanganallur, Chennai 600061.

● ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், விசாகம், 27/180 செ.மீ. 10000/- **p.m,** சொந்த சிறிய நகைக்கடை, நல்ல சிவப்பான, அழகான, குணமான வரனுக்கு குடும்ப பாங்கான பெண் தேவை. **V.** ஆனந்தி, 11/27, செங்கழுநீர் பிள்ளையார் கோயில் தெரு, மயிலாப்பூர், சென்னை 600004. போன்: 24610631.

மணமகன் தேவை

● Iyer, Vadama, Athreya, Revathi, 28/150/12000, MA, Government employed girl seeks suitable groom. Contact Box No. 27817

● Saiva Pillai, 29/160/MBA, Software Engineer, Widow, No issue seeks suitable professional Vegetarian groom. Subsects/Widower without issue acceptable. Box No. 27818

● தமிழ் பாதவா/ 35/ 155/ அனுஷம், மத்திய அரசு பணி, பெண்ணுக்கு நல்ல பணியிலுள்ள தகுந்த வரன் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். போன்: 26863907. பெட்டி எண். 27819

● செங்குந்தர், ஆவணி, **35, M.Com, M.Ed,** அரசு பணி ரூ. 8000/-, இடது கால் சிறிது ஊனம் (போலியோ) உள்ள அழகான பெண்ணிற்கு அரசு பணியில் உள்ள நல்ல மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகம் மற்றும் இதர விபரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண். 27820

● இல்லத்து பிள்ளை, மூட்டு இல்லை, வயது 29, உயரம் 5'2", **M.Com, M.Ed,** குடும்பபாங்கான, சிவப்பான,

அழகிய பெண்ணிற்கு கல்லூரி விரிவுரையாளர்/பட்டதாரி ஆசிரியர்/ வங்கி/ அரசு பணி, நல்ல குடும்ப பின்னணியுள்ள மணமகன் தேவை. பிள்ளை உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண். 27821

● கத்தோலிக்க நாடார், வயது 31. 160 செ.மீ, சிவந்த நிறம், படிப்பு, **MCA**, ஹைதராபாத்தில் தனியார் கல்லூரியில் லெக்சரராக பணிபுரியும் (**UGC Scale**) பெண்ணுக்கு தகுந்த மணமகன் தேவை. தஞ்சாவூர் 04362- 257784 என்ற தொலைபேசிக்கு தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண். 27822

● **Iyer, Brahacharanam, Sreevatsam, Avittam - 4, 5'3", 19.5.79, fair, B.Com, Software qualified, Domestic/music trained homely seeks well employed groom contact Ph: 22452181. Box No. 27823**

● திருவாதிரை, படையாச்சி, திருவோணம், 29, 158 cm, **B.Sc, B.Ed (Maths)**, மாநிறம், தற்காலிக ஆசிரியர் பணி, நடுத்தர குடும்பம். நல்ல பண்பான குணவதிக்கு நல்ல வேலையில் உள்ள அதே பிரிவை சார்ந்த நல்ல வரன் தேவை. பெட்டி எண். 27824

● **Iyer, Vadama, Srivatsam, Ayilyum I, (Sarva Mangala Jhathagam), 27/5'2", very fair, slim, MCA, employed MNC, 13000, seeks Vadama/Brahacharanam professionally qualified, well employed groom below 32 yrs from respectable family employed in Chennai/Bangalore. Ph: (044) - 22290871 Box No. 27826**

● **Iyer, Brahacharanam, Bharathwajam, Swathy -3, 23/5-5/BL/fair looking, seeks clean habits, decent family, PG or graduate boy, employed, aged below 26. Send horoscope to Box No. 27827**

● **Alliance invited for Chennai settled Brahminical cultured girl, well employed, Punarpoosam, Sudha Jathakam, 27/155/PG, fair (Mother - Brahmin Iyer, Father - Tharavattu Nair - FC) from boy, similar parentage/Brahmin/ Menon/ Nair, Vegetarian, below 32 years, send details with horoscope. Box No 27828**

● **Wanted professionally qualified boys 29 to 34, employed in U.S.A for Iyer, Ashtasahasram, Vadula, Chithirai - 1st, 28, employed in U.S.A girl. send horoscope to Box No. 27829. Ph: 044-4354526**

● **Tamil Iyer, Vadamal, Vadhoolam, Aswini (1), 29/160, Medium Complxion, M.Sc, Patents Research Assistant, 10000, Bangalore seeks suitable groom clean habits. 04114-265196. dhammu123@rediffmail.com, Box No. 27830**

● **Aged 26, Krithigai, Rishaba rasi, Viswamitra Gothram, 5.2', B.A, Computer educated Brahmin, Vadama girl, Father converted Christian from Brahmin, Brahmin customs & rituals followed. Elder sister married to a Brahmin family seeks suitable groom. Apply with horoscope Box No. 27831**

● **Arcot Mudaliar, Moolam - 4, 21, 5.4, (M.S.C - IT) girl seeks suitable post graduate/professionally qualified, well settled grooms. Ph: (044) 26570653. Box No. 27832**

● **Iyer, Brahacharnam, Shadamarshanam, Bharani, MCA, 157, Nov'74, very fair, beautiful girl, working in MNC, Chennai seeks teetotaller BE/MBA/MCA/CA highly placed executive boys below 33. Ph 044-24890552. Box No. 27833**

● **Alliance invited for Vadama Iyer, Sankrithi Gothram, Bharani, 20 years, 155 cm, B.Com (doing M.Com), fair looking girl, well trained in house hold duties. Hails from respectable family. Groom BE/CA from good family background, well employed with decent salary. Subsect no bar. Contact Ph No. 25734113 or Box No. 27834**

● **Iyer, Vathima, Haritha, Tiruvathirai 4th Padam, 23, 162, B.Com, NIIT, M.C.A, employed in reputed MNC at Chennai, seeks suitable, professionally qualified groom, subsect acceptable. Ph: 24981470, Box No. 27835**

● **Iyer, Brahacharanam, Visakam, 31, 5'2", slim, M.A, working Pvt, concern, legal divorcee with 6 yr old daughter seeks broad minded, with good job, well settled, divorcees/widower with or without issue. Box No. 27836**

● **Mudaliar, Vegetarian / Non Vegetarian, 25, 163, M.S, BITS Pilani, fair good looking girl, Saturn in 7th house, Software Engineer in reputed firm, Chennai, seeks well employed B.E, MS/B.E, M.B.A, M.Tech, M.E. bridegroom with clean habits preferably Chennai based. Saturn should be in 1st, 4th or 10th house. Send horoscope, biodata, subsects acceptable. Ph: 24454552. Box No. 27837**

● (சைவப்பிள்ளை + ஐயங்கார், பெற்றோர், தந்தை, **HM**) ஆயில்யம், 8ல் செவ்வாய், 23 வயது, 5'3", **M.Com, M.Phil**, அரசு/தனியார் நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் பிள்ளை வகுப்பைச் சார்ந்த **P.G** மணமகன் தேவை. **Ph:04364-252570.** பெட்டி எண். 27838

● கார்காத்த வெள்ளாளர் பிள்ளை, விசாகம், துலாராசி, 23/5.2", எம்.எஸ்.சி, எம்.ஃபில், படித்த மாநிறமான பெண்ணுக்கு **BE, ME, CA,MCA**, படித்த உள்நாடு/வெளிநாடுகளில் பணிபுரியும் நிரந்தர வேலையிலுள்ள அதே இனத்தை சேர்ந்த மணமகன் தேவை. போன்: 25511226 பெட்டி எண்: 27839

● **Iyer, Brahacharnam, Koundinyam, Punarpoosam-3, 25, 155, B.Com, MCS, PGDCA, HDCA, Jawa, goodlooking girl. Employed reputed Company, Chennai. Seeks PG, professionally, qualified, well employed Brahacharnam/Vadamal, groom below 30 (Suddha Jathakam), Ph: 044-25512923. Kumar. Box No. 27840**

● **Iyer, Vadamal, Kousikam, Pooram, 21, 153, B.Sc Comp Science, very fair, seeks professionally qualified and well employed boy with clean habits. Ph: 044-24454742. Box No. 27841**

● **Iyer, Kaundinya, Utthiram, April 1968/162, fair, Slim, good-looking, graduate/PGDBA/Computer Diploma, affluent, seeks compatibly qualified, professional, well settled India/abroad. Box No. 27842**

● ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜம், அவிட்டம், கம்ப்யூட்டர் பட்டதாரி வேலையிலுள்ள பெண்ணுக்கு 158 செ.மீ, நல்ல பழக்கவழக்க, சென்னையில் நிரந்தர பணியிலுள்ள சாப்ட்வேர், மாதம் ரூ. 10000/-க்கு மேல் வருமானமுள்ள ஐயர், 30 வயதிற்கு கீழ் வரன் தேவை.போன். 22388569. பெட்டிஎண். 27843

● **Tanjore, Iyer, Vadamal, Haritham, Pooram, 23, 157 cm, M.Com, unemployed, home - loving seeks P.G/graduate, below 29 employed in Southern Parts. Vadamal only. Contact Box No. 27844**

● Vadama, Iyer, Kausigam, Pooradam, 31/160/4000, PG, legally null and void, (unconsummated marriage), separated within a month, seeks suitable groom. Phone No. 0452 - 2536965. Send horoscope to Box No. 27845.

● Mother Iyer, Father Telugu Brahmin, Daughter, B.E, ECE, Kasyapa, Krithika, 1979, 5ft 1", seeks Tamil, Telugu Brahmin with Tamil knowledge BE, PG, well settled, below 29, Ph: 080-3443126 reply with B/H. Box No. 27846

● Alliance for Iyer, Ashtasahasram, Pourugustham, Maham, 30, 5'7", M.Sc, M.Phil, Lecturer reputed Engineering College, very fair, pious, god fearing seeks alliance from professionally, qualified, well employed bridegroom. Apply Box No. 27849

● Telugu Brahmin, Velanadu, Koundinya, Punarpoosam-1, 26, 158, B.Sc, PGDCA, MCA II year, Programmer Analyst, 2 lacs P/A, MNC, Chennai seeks alliance from well employed, bridegroom. Ph: 954119-233038, local, (Std code: 04119) Box No. 27850

● Thenkalai, Iyengar, Bharadwajam, girl, Poorattadhi (4th) 23/155, M.Sc (C.S), seeks professionally qualified groom, Contact: 044 - 22243267, 044-22241007. Box No. 27851

● Alliance for Iyer girl, Vadamal, Bharatwajam, Krithigai, 28/BE, well employed, Computer Engineer, innocent, legal, Divorcee with 5 year, old female, child, from, well qualified/placed/affluent. Brahmins of any sect below 38, widower/Divorcee with a child preferred. Box No. 27852

● Lecturer/Chennai, Iyer, Ashtasahasram, Srivatsam, Moolam 2nd Padam, fair, 25/170, B.Sc/MCA, girl, seeks professionally qualified employed boy, India/abroad, age below 31. Subsect no bar. Box No. 27853

● Iyer, Vadama, Sadayam, Bhardwaja Gotharam, 21 years, 5'3", B.E, Private employment@Bangalore, homely girl, seeks well settled, suitable professionally qualified groom below 28 yrs, contact with biodata & horoscope. Box No. 27854

● Well settled PG, Executive/Engineer, preferably, Mudaliar, required for affluent, very fair, Pretty, PG girl, 32, 165, Avittam. Contact Ph: (044)8110896. Box No. 27855

● தேவர் (மறவர்), ஆயில்யம், கடகம், 25, 5'5 (163 செ.மீ) நல்ல குணம், குடும்பபாங்கான பெண், கல்வி, Dip - in Electronic and Communication, Dip in Computer Application, தபால்வழி 2ம் வருடம் B.A, தந்தை ஓய்வு பெற்ற டெபுடி செக்ரட்டரி, சகோதரன், பிரபல கம்பியூட்டர் கம்பெனியில் இன்ஜினியர், இந்த சிறந்த பெண்ணுக்கு அதே இனத்தில் உத்தியோகமுள்ள நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணமகன் தேவை. ஜாதக நகல், குடும்ப பின்னணி, இவற்றுடன் விண்ணப்பிக்க. பெட்டி எண். 27856

● ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜ கோத்ரம், திருவாதிரை, 1970, 5'3", உயரம் P.G, படித்த பெண்ணிற்கு நல்ல வேலையில் உள்ள பட்டதாரி மணமகன் தேவை. Ph.No. 24720209. பெட்டி எண். 27857

● Iyer, Brahacharanam, Anusham, 28, 169, MCA, working/ seeks grooms, professionally qualified India/abroad. Reply with horescope. Tel. 080-3450067. Box No. 27858

● Tamil Iyer, Brahacharanam, Koundinya, Utharam-4/22/B.A/5.2'/fair, homeloving seeks suitable boy. Contact Ph:22416592. Box No. 27859

● Iyer, Vadamal, Kousika, Uthiram II, 26/155cm, B.A, Eco, DISM, employed seeks alliance from qualified, employed boys, from good family, background and clean habits. Send horoscope. S. Karthikeyan, 11/110, Pudhu Nagar, Tirupur 641001 (0421)- 2201284

● தமிழ், யாதவர், மகம், 30/160, மாநிறம், 9ம் வகுப்பு பண்புள்ள பெண்ணுக்கு, நல்ல பண்புள்ள, பணி/தொழில் உள்ள மணமகன் தேவை. மா.ச. ரெங்கநாதன், 88, தண்டியல் சாவடித்தெரு, திருநெல்வேலி 627 006, Ph: 0462-2322128/ புருசோத்தமன் 04114-275294

● Iyer, Vadamal, Athreya, Aswini, 24, 5'1", fair, goodlooking, B.Sc (Comp)/GNIIT, seeks well qualified, well employed groom. Contact A. Balasubramanian, Lakshmi Flats, 21, First Main Road, Nanganallur, Chennai 600 061.

● Alliance for Tamil, Iyer, Brahacharnam, Bharadwajam, Sadayam, MCA, 25/163/6000, from suitable bridegroom. Contact K.J. Srinivasan, New No. 24, Old No. 20, Thirumangalam Road, Villivakkam, Chennai 600049. Ph: 26184838

● Iyer, Vadama, Bharadwajam, Anusham, 1981, B.Com, seeks qualified, well settled groom upto 27 years. Subsects no bar. R. Bhuvana, 11/5, Reddy Chowdry Street, Thirupappuliyur, Cuddalore 607002. Ph: (04142) 223597

● Iyer, Vadama, North Arcot, Bharadwajam, Sadayam, 34/5.7", C.A, seeks suitable groom from respectable family, Ph.No. 24987186, Contact V.V. Subramaniam, 294/162, Royapettai High Road, Chennai 600004.

● Iyer, Brahacharanam, Koundinya, Avittam, 22, 5.3", fair, goodlooking MCA, girl seeks BE/MCA, Software professional from respectable family 04652-228946, Ramasamy, 39 South Car Street, Nagercoil Gramam, Nagercoil 629001

● Vadamal, Sankrithi, Punarpoosam, 28, 152, ME, Software, employed, seeks well - employed Phd, ME, M.Tech, CA, MCA, MBA boys. A.R. Parameswaran, Plot No. 8, 'Vrinda' First Cross Street, Padmavathy Nagar, Kamarajar Salai, Virugambakkam, Chennai 600092. Telephone: 23771577.

● Tanjore Iyer, Vadammal, Srivathsam, Poosam, 24, 5'2", MCA, employed Chennai, seeks professionally qualified boy, same sect. Send horoscope with details to Ramanathan, New No. 70, Baroda Street, West Mambalam, Ch-33, Tel No. 044-24802661

● Iyer, Brahacharnam, Athreya, Krithigai, MCA, 26, 165, Trainee, HAL, Bangalore seeks alliance with well-employed boy. Sub-sect acceptable. Contact: Rathnam, 26A/47, Thillai Nagar, L.Kallipatti, Gobichettipalayam 638452. Email: l.chandra@indiatimes.com

● Iyengar, Vadagalai, Srivatsam, Poosam II, 26/165, slim, fair (MBA Final), Music girl, seeks professionally qualified groom. Contact: K.L. Srinivasan, No. 13, 9th St, Nanganallur, Chennai 600061, Ph: 22325366

● Tamil Iyer, Vadamal, Athreya, Visakam, 26, 5'4', fair, MCA, employed seeks equally qualified (BE/MCA/MBA) well employed groom, aged between 29/31 years, should be only son or youngest

son with clean habits. R. Santhana Gopalan, 7, Srimathi Enclave, Malligaipoo Agraharam, II Street, Srirangam, Trichy 620006

● வடமாள், ஆத்ரேயம், கிருத்திகை - 2, 27/5'3"/ M.Com, படித்த, சிறப்பான பெண்ணுக்கு, M.C.A/ M.B.A/ BE, படித்த, நல்ல வேலையில் உள்ள மணமகன் தேவை. K.V. Subramanian, No. 57, Agraharam, Kaniyur, Udumalpet, Coimbatore Dist.

● ஐயர், வடமாள், (சுக்லயஜுர்ஸ்), கௌதம கோத்ரம், ரேவதி, 26, B.Sc, Computer (MCA Final), படித்த, அழகிய, குடும்பபாங்கான பெண்ணிற்கு MCA, BE படித்து நல்ல உத்தியோகத்தில் இருக்கும் (30 வயதிற்குள்) மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் அணுகுக. உள்ளூர்வாசிகளுக்கு முதலிடம். V. ஜெயஸ்ரீமணியன், 439, குருநிவாஸ், தெலுங்கு வீதி, கோவை -1 (641001). போன்: 342561

● Iyer, Vadamal, Srivatsa, Mirugaseerisham, (Kala sharpa Dosham), only daughter, 22, 158 cm, studying I year MCS, seeks well qualified and well employed groom with good habits. Mrs. P.V. Revathi, 44/12, Munuswamy Koil St, Menambedu, Ambattur, Chennai 600053

● Iyer girl, B.Sc, Kandramanikkam, Brahacharanam, Thanjore Athreyam, Avittam 3rd Padam, 25/5'5", Sevvai Dosham, Teacher seeks boy employed Govt/ private. Subsect no bar. Vavilla Venkataseshaiah, No. 26/2, Upstairs, Rathanapuri, Koyambedu, Chennai 600107. Ph: 24796963

● இந்து நாடார், M.A, Litt, 32/163/9500, தமிழ் ஆசிரியைக்கு இதே இனத்தைச் சேர்ந்த 35 வயதுக்கு உட்பட்ட டிகிரி படித்த மணமகன் தேவை. அரசு, காவல்துறை, இராணுவம், இரயில்வே, இவற்றில் பணிபுரிபவராக இருத்தல் வேண்டும். பி. துரைராஜ், 2/157, குட்டித் தெரு, சோலைசேரி, கிருஷ்ணாபுரம் 626143

● Iyer, Vadamal, Koundinya, Moolam, Second Padam, 29/156, M.A, seeks qualified, well employed groom, below - 36, send horoscope, biodata. S. Ganesh, No.10-A, I Street, Sriram Nagar, Taramani, Chennai 600113

● சௌராஷ்ட்ரா, 26, சிவப்பு, ஜுபாலி, திருவாதிரை 4ம் பாதம், M.Sc Bio Technology ஆராய்ச்சியாளராக பணி புரியும் பெண்ணுக்கு அதே இனத்தில் படித்த உத்தியோகம் / தொழில், மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்க. B. Thulasiraman, 1-5/697, New Maruthi Nagar, Kothapet, Hyderabad - 35.

● Inter caste Iyer Vadamal/Nair parentage, Revathi, 26/5'4/MBA, Private Limited, decent family seeks suitable groom, 044-24724992, Nirmala, 11: Frontline Apartment, United India Colony, Kodambakkam, Chennai - 24.

● Tamil, Kongu Chettiar (Kadambadi), Sivan Kothram, Sathayam, 23, 5'1", BBM, good family background seeks suitable groom. Contact: S. Dhanaraj, 35-C, Lalbahadur Colony, Peelamedu Coimbatore - 04, Ph: 0422-2561041.

● ஐயர், ப்ரஹசரணம், பாரத்வாஜம், மூலம் 3-ம் பாதம், 22/160c.m / B.Com, படித்த, சிவந்த, அழகான பெண்ணிற்கு 30 வயதிற்குட்பட்ட நல்ல வேலையிலுள்ள பட்டதாரி மணமகன் தேவை. Contact V. Rajamani, 82 Angarai, Lalgudi, 621703. Ph: (0431) 2544502.

● Vadamal (1) Kousikam, Poosam, M.Sc, Biochemistry/lecturer/23/168, well built, (2) Srivatsam/ Bharathwajam, Anusham (4), B.Sc (MCA), 24, 5'2", Medical Transcriptionist, girls seek suitable grooms. Reply S. Swaminathan, Plot No. 14, House No. 23, 6th Main road, Nanganallur, Chennai 600061.

● Iyer, Vadama, N. Kasiyabam, Kettai, 26/5ft, M.Com, HDSE employed NLC Neyveli, seeks Vadama/ Brahacharanam, qualified, well employed, groom. Contact Gopalan 300 Anjugam Nagar, Kumbakonam 612001. Ph: 2410841

● Iyer, Vadama, Bharatwaja, Avittam, 24/176/M.C.A, very fair, Only daughter, Software Engineer, MNC, seeks tall, well settled, Software professionals. H. Raman, Flat 3/1, R.G.K Nivas, Bharathwajar Street, Tambaram East, Chennai 600059.

● Madhwa Kannada, Bharadwaja, Uttiram Second, 30/165/MSc, seeks alliance from qualified employed groom below 36 from good family background. Send horoscope, Biodata to Dr. B. Krishna Rao, 28/37, Sannadhi Street, Tiruvalam 632515. Ph: 0416-2236487

● Tamil Iyer, Brahacharnam, Bharadwajam, Punarpoosam, spinster, 38/165 looks like 30 years old, fair, very, beautiful, graduate (B.A in Economics), seeks boy preferably professionally, qualified, or post graduate or Technically qualified, Iyengar or Kannada Brahmin also acceptable. Contact T.A. Vaidyanathan C27/15, T.N.H.B, Bagalur Road, Hosur 635109

● Vadamal, Bharathwajam, Moolam 2nd Padam, 24, Ht 5'5", B.Com, MBA ICWAI (final), employed in Hyundai Motors seeks good boys horoscope professionally qualified with good employment. Send horoscope to R. Ravichandran, No. 17, Chakrapani St Extn, West Mambalam, Chennai 600033. Ph: Resi: 23721866, Off: 24991520/24981435

மணமகன் மணமகள் தேவை

● வடமாள், நைத்ருபகாஸ்யப 1) உத்திரட்டாதி, வயது 34, 175 செ.மீ. பட்டதாரி, சுய தொழில், 10000, சொந்த வீடு உள்ள பையனுக்கு படித்த குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. உத்திரம், உத்திரட்டாதி, ஹஸ்தம், சித்திரை, பரணி, பூசம், பூரம், பூரட்டாதி தவிர்க்கவும். 2) அரசு பணி, திருவாதிரை, 31 வயது, சட்டப்படி விவாகரத்தான பெண்ணுக்கு நல்ல வேலையிலுள்ள வரன் தேவை. பெட்டி எண் 30873

● சேலம், சௌராஷ்ட்ரா, MCA, 23, 5'3", சிவப்பு, உத்திராடம் 4, மகரம் பெண்ணுக்கு BE,MCA, MBA, படித்த நல்ல பணியில் உள்ள வரன் தேவை. 2) மணமகன் BE, Software Engineer, U.S.A 29, 5'7", சிவப்பு, அவிட்டம் 4, கும்பம், வாஷிங்டனில் பணிபுரியும் வரனுக்கு BE/MCA/MBA, படித்த அழகிய சிவந்த நிறம் உள்ள மணமகள் தேவை. போன் 044-24418583. Manni_ramamoorthy@yahoo.com, raj_prakriti@vsnl.net. பெட்டி எண். 30874

Registered with the Registrar of Newspaper of India under No 30309/75 * Registered No. TN / PMG (CCR) 601 / 03 - 05*
Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No WPP 392 * Registered as a Newspaper in Srilanka